Title Monthly ROSHNI (June 2016)

ROSHNI MultiPain Relief Gel Balm has a unique formulation that provides instant relief from body pain, speeding up recovery and helps people get back to their daily routine.

100% ALL NATURAL

Roshni MultiPain Relief
Gel Balm

Relief from 7 pains:

- Back Pain کمر درد
- Neck & Shoulder Pain گردن اور کندھوں کا درد
- Joint Pain (Arthralgia) جوڑوں کا درد
- Muscular Cramp Pain پٹھوں کا درد
- Arthritis گٹھیا
- Tendinitis نسوں کی سوزش
- Sprain موچ

کلونجی اور زیتون کی خصوصیات کے ساتھ

Chandni Chowk, Stadium Road, Karachi

فرمان الٰہی

علم اور علم غیب

❁ اور تم سے روح کے بارے میں سوال کرتے ہیں۔ کہہ دو کہ وہ میرے پروردگار کی ایک شان ہے اور تم لوگوں کو (بہت ہی) کم علم دیا گیا ہے ○

سورۃ بنی اسرائیل آیت ۸۵

❁ کہو بھلا جو لوگ علم رکھتے ہیں اور جو نہیں رکھتے دونوں برابر ہو سکتے ہیں (اور) نصیحت تو وہی پکڑتے ہیں جو عقلمند ہیں ○

سورۃ الزمر آیت ۹

❁ مومنو! جب تم سے کہا جائے کہ مجلس میں کھل کر بیٹھو تو کھل بیٹھا کرو خدا تم کو کشادگی بخشے گا اور جب کہا جائے کہ اُٹھ کھڑے ہو تو اُٹھ کھڑے ہوا کرو جو لوگ تم میں سے ایمان لائے ہیں اور جن کو علم عطا کیا گیا ہے خدا انکے درجے بلند کریگا اور خدا تمہارے سب کاموں سے واقف ہے ○

سورۃ المجادلہ آیت ۱۱

❁ (اے محمدؐ) اپنے پروردگار کا نام لے کر پڑھو جس نے (عالم کو) پیدا کیا ○

جس نے انسان کو خون کی پھٹکی سے بنایا ○

پڑھو اور تمہارا پروردگار بڑا کریم ہے ○

جس نے قلم کے ذریعہ سے علم سکھایا ○

اور انسان کو وہ باتیں سکھائیں جس کا اُس کو علم نہ تھا ○

سورۃ العلق آیت ۱ تا ۵

❁ (لوگو) جب تک خدا ناپاک کو پاک سے الگ نہ کردے گا مومنوں کو اس حال میں جس میں تم ہو ہرگز نہیں رہنے دے گا اور اللہ تم کو غیب کی باتوں سے بھی مطلع نہیں کرے گا۔ البتہ خدا اپنے پیغمبروں میں سے جسے چاہتا ہے انتخاب کر لیتا ہے ○

سورۃ آل عمران آیت ۱۷۹

❁ اور اُسی کے پاس غیب کی کنجیاں ہیں جن کو اُس کے سوا کوئی نہیں جانتا اور اُسے جنگلوں اور دریاؤں کی سب چیزوں کا علم ہے اور کوئی پتا نہیں جھڑتا مگر وہ اُس کو جانتا ہے اور زمین کے اندھیروں میں کوئی دانہ اور کوئی ہری یا سوکھی چیز نہیں ہے مگر کتاب روشن میں (لکھی ہوئی) ہے ○

سورۃ الانعام آیت ۵۹

❁ اور آسمانوں اور زمین کا علم خدا ہی کو ہے اور (خدا کے نزدیک) قیامت کا آنا یوں ہے جیسے آنکھ کا جھپکنا بلکہ (اس سے بھی) جلد تر کوئی شک نہیں کہ خدا ہر چیز پر قادر ہے ○

سورۃ النحل آیت ۷۷

❁ کہہ دو کہ جو لوگ آسمان اور زمین میں ہیں خدا کے سوا غیب کی باتیں نہیں جانتے اور نہ یہ جانتے ہیں کہ کب (زندہ کرکے) اُٹھائے جائیں گے ○

سورۃ النمل آیت ۶۵

❁ خدا ہی کو قیامت کا علم ہے اور وہی مینہ برساتا ہے اور وہی (حاملہ کے) پیٹ کی چیزوں کو جانتا ہے (کہ نر ہے یا مادہ) اور کوئی شخص نہیں جانتا کہ وہ کل کیا کام کرے گا اور کوئی متنفس نہیں جانتا کہ کس سرزمین میں اُسے موت آئی گی۔ بے شک خدا ہی جاننے والا (اور) خبردار ہے ○

سورۃ لقمان آیت ۳۴

❁ بے شک خدا ہی آسمانوں اور زمین کی پوشیدہ باتوں کا جاننے والا ہے۔ وہ تو دل کے بھیدوں تک سے واقف ہے ○

سورۃ فاطر آیت ۳۸

❁ (وہی) غیب (کی بات) جاننے والا ہے اور کسی پر اپنے غیب کو ظاہر نہیں کرتا ○

❁ ہاں جس پیغمبر کو پسند فرمائے تو اس (کو غیب کی باتیں بتا دیتا اور اس کے) آگے اور پیچھے نگہبان مقرر کر دیتا ہے ○

سورۃ الجن آیت ۲۶، ۲۷

اعمال مسنون

مسلمانوں کو اپنی زندگی اس طرح گزارنی چاہئے

☆ہر کام کی ابتدا بسم اللہ سے کریں اور اختتام پر اللہ کا شکر الحمد للہ کہے۔

☆مسلمان ایک دوسرے سے ملے تو السلام علیکم کہے۔ دس نیکیاں ملیں گی اور آپس میں محبت بڑھے گی۔

☆قمیص کرتہ یا صدری وغیرہ پہنیں تو پہلے دایاں ہاتھ آستین میں ڈالیں پھر بایاں ہاتھ اسی طرح پاجامہ شلوار کے لئے پہلے داہنا پاؤں پھر بایاں پاؤں۔ ان کو اتارتے وقت پہلے بایاں ہاتھ پھر دایاں اسی طرح پہلے بایاں پیر اور پھر داہنا پیر باہر نکالیں۔ جوتا پہلے داہنے پیر پھر بائیں پیر میں پہنیں اتارتے وقت پہلے بائیں پیر سے اتاریں پھر دائیں پیر سے۔ پس ہر اچھے کام کو داہنے ہاتھ سے کریں۔

☆کھانا بیٹھ کر سیدھے ہاتھ سے بسم اللہ کہہ کر آپس میں مل کر کھائیں برکت ہوگی۔ برتن کے کنارے سے کھایا کریں درمیان سے مت کھائیں کیونکہ برکت کھانے کے بیچ میں نازل کی جاتی ہے۔ کھانے کے بعد اپنی انگلیوں کو چاٹ لیں، پلیٹ میں کھانا نہ چھوڑیں، تین انگلیوں سے کھائیں، کھانے کے ختم پر الحمد للہ کہے اور یہ دعا بھی پڑھے۔ (ترجمہ) تمام تعریفیں اللہ کے لئے ہیں جس نے کھلایا، پلایا اور مسلمان بنایا۔

☆پانی بیٹھ کر بسم اللہ پڑھ کر تین سانس میں پیئے اور ختم پر الحمد للہ کہئے، گلاس کو سیدھے ہاتھ سے پکڑے۔

☆چھینک آنے پر الحمد للہ کہے اور سننے والا یرحمک اللہ پڑھے، جمائی کو حتی الامکان روکنے کی کوشش کرے ورنہ بایاں ہاتھ منہ پر رکھ لے ہاہا کی آواز نہ نکالے۔

☆جب کسی بلند مقام یا جگہ پر چڑھے مثلاً سیڑھیوں یا گاڑی پر چڑھنے پر اللہ اکبر کہے اور نیچے اترنے پر سبحان اللہ کہے۔

☆غصہ کے وقت اعوذ باللہ من الشیطان الرجیم پڑھے یا پانی پی لے، اگر کھڑا ہو تو بیٹھ جائے، بیٹھا ہوا ہو تو لیٹ جائے۔

☆ناخن کاٹنے میں ابتدا سیدھے ہاتھ کی شہادت کی انگلی، بیچ کی انگلی اس کے برابر والی انگلی پھر چھنگلیا اور الٹے ہاتھ کی پہلے چھنگلیا۔ اس کے برابر والی انگلی بیچ کی انگلی شہادت والی انگلی، انگوٹھا اور آخر میں سیدھے ہاتھ کا انگوٹھا، پیر کے ناخن کاٹنے میں پہلے سیدھے پیر کی چھنگلیا سے شروع کرے اور بالترتیب انگوٹھے تک ختم کرے۔ الٹا پیر انگوٹھے سے شروع کرے اور بالترتیب چھنگلیا تک ختم کرے۔ ناخنوں کو دانتوں سے نہ کاٹے۔

☆بیت الخلا میں جاتے وقت پہلے بایاں پیر اندر رکھے اور یہ دعا پڑھے اے اللہ میں پناہ لیتا ہوں تیری برے خبات اور نکلتے وقت پہلے سیدھا پیر باہر رکھے اور غفرانک کہے پیشاب کھڑے ہو کر نہ کرے۔

☆اپنا چہرہ آئینہ میں دیکھ کر یہ دعا پڑے ''اے اللہ تو نے جس طرح تیری صورت اچھی بنائی ہے اس طرح میری سیرت و اخلاق بھی اچھے بنا اور میرے رزق حلال میں وسعت دے۔''

☆کامل ایمان والے لوگ وہ ہیں جن کے اخلاق اچھے ہیں اور کامل مسلمان وہ ہے جس کی زبان اور ہاتھ سے دوسرے مسلمان محفوظ رہیں مسلمان آپس میں بھائی بھائی ہیں، اپنے مسلمان بھائی کو دیکھ کر مسکرا دینا بھی صدقہ ہے۔

☆اللہ کی بے شمار نعمتوں پر اس کا شکر۔ کسی پریشانی، مصیبت و بلا، رنج و غم، اور ناگوار بات پر صبر، روزانہ اپنے گناہوں پر ندامت قلب کے ساتھ توبہ و استغفار، ہمیشہ نفس و شیطان کے شر سے پناہ اور اللہ تعالیٰ کے غضب و غصہ اور عذاب دوزخ سے ڈرتے رہنا ان کو اپنی روزہ مرہ زندگی میں کرنے کی عادت بنالیں۔

☆غرور، حسد، غیبت، ریا، کینہ و جھوٹ، روح کی خطرناک بیماریاں ہیں ان سے بچنے کی ہر وقت کوشش کرتا رہے۔ حسد نیکیوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ سوکھی ہوئی لکڑیوں کو کھا جاتی ہے۔ جس کے دل میں ذرہ برابر بھی غرور ہوگا وہ جنت میں نہیں جاسکے گا۔ غیبت کرنا گویا اپنے مرے ہوئے بھائی کا گوشت کھانا ہے۔ غیبت کرنے سے اپنی نیکیاں جس کی غیبت کی جارہی ہو اس کو مل جاتی ہیں۔

☆دنیا کے معاملے میں اپنے سے کمتر لوگوں کی طرف دیکھے تاکہ شکر کرنے کا جذبہ پیدا ہو اور دین کے معاملے میں اپنے سے زیادہ دیندار و متقی و پرہیزگار کی طرف دیکھے تاکہ اس کے جیسے متقی و پرہیزگار بننے کا شوق پیدا ہو۔

☆روزانہ جس قدر ہو سکے قرآن مجید کی تلاوت کرے اس سے گھر میں خیر و برکت ہوگی۔

☆ماں باپ کی خدمت، استاد اور بڑوں کی عزت و ادب، چھوٹوں پر شفقت اور علماء و بزرگوں کی تعظیم و تکریم کریں۔

☆گھر میں داخل ہوں تو گھر والوں پر سلام کریں، گھر سے نکلتے وقت بھی سلام اور بسم اللہ توکلت علی اللہ کہے۔

☆نماز دین کا ستون، جنت کی کنجی اور مومن کی معراج ہے۔ نماز سے روح کو تسکین، قلب کو سکون و اطمینان اور آنکھوں کو ٹھنڈک ملتی ہے۔ قبر میں پہلا سوال نماز کے بارے میں کیا جائے گا۔

☆رات میں سونے سے قبل اپنے گناہوں کی معافی مانگے اور آیت الکرسی، چاروں قل، درود شریف اور تسبیح فاطمہ پڑھ کر داہنی کروٹ پر سوئے قبلے کی طرف پیر نہ کرے۔ الٹا سونا یعنی زمین کی طرف سینہ اور پیٹھ آسمان کی طرف ہو منع ہے کیونکہ اس طرح شیطان سوتا ہے۔

☆کسی مسلمان کے لئے جائز نہیں ہے کہ وہ اپنے مسلمان بھائی سے تین دن سے زیادہ بے تعلقی اختیار کرے۔

اللہ تعالیٰ ہم سب مسلمانوں کو ان سنتوں پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

(حنا رحیم......صادق آباد)

J911115

ممبر آل پاکستان نیوز پیپرز سوسائٹی APNS

ماہنامہ روشنی کراچی

بانی و روحانی سرپرست
ڈاکٹر اقبال آرتانی

چیف ایڈیٹر ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

مینیجنگ ایڈیٹر شاہ نیل آرتانی

RS: 44/= JUNE 2016 VOL: 22 NO: 12

اس شمارے میں......

اندرون ملک — سالانہ خریداری =/528 روپے

بیرون ملک کے لئے — آپ کا تعلق دنیا کے کسی بھی ملک اور کسی بھی شہر سے ہو ماہنامہ ''روشنی'' آپ گھر بیٹھے حاصل کر سکتے ہیں۔
سالانہ خریداری =/40 امریکی ڈالر (رجسٹری ڈاک کے ذریعے) یا =/30 ڈالر (Ordinary ڈاک کے ذریعے)

ہم تمام مضامین Good Faith میں وصول اور شائع کرتے ہیں اور اس سلسلے میں ادارہ کسی قسم کی کوئی بھی ذمہ داری قبول نہیں کرتا۔ کسی بھی مضمون سے کسی شخص، جگہ اور واقعہ کی مماثلت محض اتفاقیہ ہو سکتی ہے۔ ہمارے تمام کارکن اعزازی طور پر ہم سے تعاون کرتے ہیں اور ماہنامہ ''روشنی'' کراچی میں شائع ہونے والے تمام طبی مشورے معالجین کے لئے ہیں۔
پبلشر ایڈیٹر فہد آرتانی نے اوکھائی پریس اردو بازار کراچی سے چھپوا کر روشنی سینٹر چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔ 74800 سے شائع کیا۔ فون نمبر: 34923667-34923488 (21-92)

دعاؤں سے امراض کا علاج

''دور کردے بیماری اے لوگوں کے رب اور شفا دے تو شافی ہے تیری شفا کے بغیر شفا نہیں ایسی شفا جو ایک بیماری بھی نہ چھوڑے'' (ارشاد نبوی ﷺ)

عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا! ''جب کوئی مریض کی عیادت کرے تو دعا کرے۔ اے ہمارے رب اپنے بندے کو شفا دے کہ تیرے لئے دشمن سے لڑے اور تیرے لئے جنازہ کے ساتھ چلے۔'' (ابو داؤد) ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا! ''کوئی مسلمان ایسا نہیں جو مسلمان کی زیارت کرے اور سات بار کہے۔ (سوال کرتا اللہ عظمت والے جو عظمت والے عرش کا رب ہے کہ وہ تجھے شفا بخشے) تو وہ شفا پا جاتا ہے مگر یہ کہ اس کی اجل نہ آگئی ہو۔'' (ترمذی) حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ جب ہم میں سے کوئی بیمار ہوتا تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم اس پر اپنا دایاں ہاتھ پھیرتے اور فرماتے! (دور کردے بیماری اے لوگوں کے رب اور شفا دے تو شافی ہے تیری شفا کے بغیر شفا نہیں ایسی شفا جو ایک بیماری بھی نہ چھوڑے) (بخاری)۔ رسول اللہ صلی اللہ ﷺ نے فرمایا! ''شفا حاصل کرو الحمدللہ رب العالمین اور قل ھو اللہ احد سے جو قرآن سے شفا حاصل نہیں کرتا اس کی شفا نہیں (ابن النافع عن رجاء غنوی رضی اللہ عنہ) اور فرمایا! ''اُم الکتاب (سورہ فاتحہ) اور سورہ اخلاص میں بیماری کی شفاء ہے (بیہقی، دارمی)۔''

عبدالملک بن عمیر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ''فاتحہ الکتاب میں ہر بیماری کی شفا ہے۔'' (بیہقی) اور فرمایا سیدنا محمد ﷺ نے کہ قل ھو اللہ احد، قل اعوذ برب الفلق اور قل اعوذ برب الناس صبح سویرے اور شام ڈھلے تین تین بار پڑھنا ہر چیز سے کفایت کرتا ہے۔ (احمد، ترمزی، نسائی عن ابن حبیبؓ)۔

حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جس کسی نے ایسی چیز دیکھی جو اس کو تعجب میں ڈالے اور اس نے کہا جو چاہے (کرتا ہے) اللہ تعالیٰ نہیں ہے کوئی طاقت مگر اللہ تعالیٰ کے (حکم کے ساتھ) اسے نظر نہیں لگے گی (ابن السنی) یعنی جس نے کسی کو یا کسی چیز کو نظر بھر کر دیکھا اور ماشاء اللہ لاقوۃ الا باللہ کہہ دیا اسے نظر نہیں لگے گی اور فرمایا! رسول اللہ علیہ الصلوۃ والسلام نے کہ کتاب اللہ میں آٹھ آیتیں نظر کے لئے ہیں۔ (ابن عساکر) یعنی قرآن کریم میں آٹھ آیتیں (سات سورہ فاتحہ کی اور ایک آیۃ الکرسی) نظر لگنے کا علاج ہیں۔ چاہے کہ سورہ فاتحہ اور آیۃ الکرسی کو تین تین بار پڑھے اور کسی بھی عمل سے پہلے اللہ تعالیٰ کی تسبیح اور نبی ﷺ پر درود قبولیت کی نشانی ہے۔

ابو سعید خدری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ جبریل علیہ السلام رسول اللہ ﷺ کے پاس آئے اور کہا اے محمد ﷺ کیا آپ ﷺ بیمار ہوگئے ہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا ہاں، پھر انہوں نے کہا۔ اللہ کے نام کے ساتھ آپ ﷺ کو جھاڑتا ہوں اور اللہ آپ ﷺ کو شفا دے۔ (احمد۔ مسلم)

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے فرمایا کہ میں تجھے اس چیز سے نہیں جھاڑوں جس سے جبریل نے مجھے جھاڑا تھا پھر آپ ﷺ نے فرمایا! اللہ کے نام کے ساتھ تجھے جھاڑتا ہوں کہ اللہ تجھے شفا دے ہر بیماری سے جو تیری طرف آتی ہے گرہوں پر پھونک مارنے والیوں کے شر سے اور حسد کرنے والے کے شر سے جب وہ حسد کرے۔ (حاکم ابن ماجہ)

ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ علیہ الصلوۃ والسلام حسن اور حسین رضی اللہ عنہما کو اس طرح متعوذ کرتے تھے۔ (میں پناہ دیتا ہوں تم دونوں کو اللہ تعالیٰ کے پورے ناموں کے ساتھ اور ہر شیطان اور زہریلے کیڑے کے شر سے اور ہر نظر لگ جانے والی آنکھ سے) (بخاری)۔

عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں بیمار ہوا تو رسول اللہ ﷺ نے مجھے متعوذ کیا۔ شروع اللہ کے نام سے جو رحمٰن ہے اور رحیم ہے۔ میں تجھے اللہ کی پناہ میں دیتا ہوں جو اکیلا اور بے نیاز ہے جو نہ کسی کا باپ ہے نہ کسی کا بیٹا نہ ہی کوئی اس کی برابری کرنے والا ہے۔ اس تکلیف سے جو تجھے لاحق ہے۔

ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہر قسم کے بخار اور درد و الم کے لئے سکھاتے تھے کہو۔ اللہ بزرگ و برتر کے نام کے ساتھ پناہ مانگتا ہوں عظمت والے اللہ کے ساتھ ہر جوش مارنے والی رگ کے شر سے آگ کی گرمی کے شر سے۔

اسماء بنت ابو بکر رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ انہوں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے تکلیف کی شکایت کی تو رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے فرمایا کہ اپنا ہاتھ اس جگہ رکھو۔ جہاں تکلیف ہے اور تین بار کہو۔ شروع اللہ کے نام کے ساتھ اے ہمارے رب دور کردے مجھ سے تکلیف جو مجھے لاحق ہے اپنے نبی ﷺ کی دعوت سے جو پاک اور مبارک ہیں اور مکین ہیں تیرے ہاں اللہ کے نام کے ساتھ (ابن عساکر)۔

فرمایا رسول اللہ ﷺ نے میمونہ بنت ابی رضی اللہ عنہا سے کہ اپنا دایاں ہاتھ اس جگہ رکھو جہاں تکلیف ہے اور کہو شروع اللہ کے نام سے اے ہمارے رب علاج کر میرا اپنی دوا کے ساتھ اور شفا دے مجھ کو اپنی شفا کے ساتھ اور غنی کردے مجھے اپنے فضل کے ساتھ اپنے سوا ہر ایک سے اور دور کردے مجھ سے یہ تکلیف۔ (طبرانی)

(عبدالواحد......لاہور)

J900727

ماہ رمضان المبارک ۱۴۳۷ھ کے خاص وظائف

طبیب جسمانی، ذہنی و روحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

کائنات کی ہر شے اللہ تعالیٰ کی موجودگی کا ثبوت دے رہی ہے۔ اللہ تعالیٰ کائنات میں ہر جگہ موجود ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا مانگنے کے لئے کوئی وقت یا کوئی جگہ مقرر نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر جگہ اور ہر وقت اپنے بندوں کی سنتا ہے۔ وہ علیم ہے۔ وہ خبیر ہے وہ سمیع ہے وہ بصیر ہے۔ اللہ کو ہر چیز کا علم ہے۔ اس کو سب کی خبر ہے وہی سب کچھ سنتا ہے اور وہی سب کچھ دیکھتا ہے۔ لیکن خداوند کریم نے بعض لمحات کو دوسروں پر فوقیت دی ہے۔ مثلاً جمعتہ المبارک کا دن دوسرے دنوں سے افضل ہے۔ رمضان المبارک کا مہینہ دوسرے مہینوں سے افضل ہے۔

پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے خاص بندوں کے ذریعے سے انسان کو مختلف علوم سے آگاہ کیا۔ اس طرح مختلف حسابوں سے وظائف اور عملیات کا تعین کیا جاتا ہے کہ کس ماہ میں کون سا وظیفہ کس طرح پڑھا جائے لیکن ہر وظیفے اور ہر عمل کے لئے ایک ہی بات ذہن میں رکھنی چاہئے کہ ہر مدد صرف اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہوتی ہے اور اللہ کے سوا کوئی اور مددگار نہیں۔ اگر آپ کسی مشکل میں ہیں اور اس مشکل کا کوئی حل آپ کو نظر نہیں آتا۔ اور آپ کو اللہ تعالیٰ پر پورا بھروسہ ہے تو آپ وظائف کے بارے میں فون نمبر: 34923667 پر بات کر کے مشورہ کر سکتے ہیں۔

رحمت، برکت اور بخشش کا مہینہ ماہ رمضان۔ ماہ رمضان المبارک کے ساتھ ہی پوری فضاء میں نور ہی نور پھیل جاتا ہے۔ ہر وقت ہر طرف اللہ تعالیٰ کی نعمتوں اور رحمتوں کا نزول صاف اور واضح انداز میں نظر آتا ہے۔ جسمانی طور پر ماہ رمضان المبارک میں ہم جس قدر زیادہ پاک وصاف رہتے ہیں شاید اتنی جسمانی پاکیزگی ہمارے جسم میں کبھی نہیں رہتی۔ ماہ مقدس رمضان المبارک میں جو خوراک ہم کھاتے ہیں اور روزے کی وجہ سے اس خوراک کو جس طرح ہم ہضم کرتے ہیں اس طرح شاید ہم کسی اور ماہ میں نہیں کر سکتے۔ عام دنوں میں اتنی مزیدار اور اتنی اچھی خوراک امیر ترین گھرانوں میں بھی میسر نہیں ہوتی۔

رمضان المبارک میں ذہنی طور پر بھی اتنی پاکیزگی ہوتی ہے کہ انسان اپنے آپ کو طہارت کے خمار میں محسوس کرتا ہے ہر وقت دماغ پر خوف الٰہی اور یاد الٰہی کی لہر روشنی کی طرح پھیلی ہوئی ہوتی ہے۔

ماہ رمضان المبارک میں انسان اپنے آپ کو روحانی طور پر صحت مند اور طاقتور محسوس کرتا ہے۔ یہ وہ مبارک مہینہ ہے۔ جس میں آپ اپنی روحانی قوتوں کو بیدار اور طاقتور بنا سکتے ہیں۔ اس ماہ مقدس میں فرض کی گئی تمام عبادات کے ساتھ اگر آپ مندرجہ ذیل وظائف کریں تو بہت فائدہ ہو سکتا ہے۔

(۱) اگر آپ اپنی آنکھوں میں ایسی چمک پیدا کرنا چاہتے ہیں کہ لوگ آپ کی نظروں سے نظر نہ ملا سکیں اور آپ کی ہر بات سننے اور ماننے پر مجبور ہوں تو آپ ہر نماز کے بعد (ستتر) ۷۷ بار اللہُ الظاہرُ الکریم پڑھیں۔

(۲) اگر آپ اپنی آنکھوں میں ایسی قوت پیدا کرنا چاہتے ہیں کہ آپ کسی بھی شخص کو دیکھیں تو اس کے دل کا حال معلوم ہو جائے یا اس کے ماضی کے بارے میں معلومات حاصل ہوں تو ہر نماز کے بعد (ایک سو اکیس) ۱۲۱ بار اللہُ الواحدُ النور پڑھیں۔

(۳) اگر آپ اپنے جسم میں پاکیزہ نور کی کیفیت محسوس کرنا چاہتے ہیں تو ہر نماز کے بعد (ایک سو ایک) ۱۰۱ بار اللہُ القویُ القادر پڑھیں۔

(۴) اگر آپ کو کوئی شخص تنگ کرتا ہو اور آپ جسمانی یا مالی طور پر اس کا مقابلہ نہ کر سکتے ہوں اور روحانی طور پر اس پر برتری حاصل کرنا چاہتے ہوں تو ہر روز فجر اور عصر کی نماز کے بعد (ایک سو گیارہ) ۱۱۱ بار اللہُ الرحمٰنُ الجامع پڑھیں۔

(۵) اگر آپ نوکری کرتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ آپ میں اتنی روحانی قوت پیدا ہو کہ آپ کا افسر اور آپ کے ساتھی آپ کی تعریف کریں اور آپ سے تعاون کریں تو ہر نماز کے بعد (دو سو بارہ) ۲۱۲ بار اللہُ الجلیلُ الودود پڑھیں۔

(۶) اگر آپ دوکاندار ہیں یا تجارت کرتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ خرید و فروخت کے بارے میں دوسری پارٹی آپ کی بات سنے اور آپ مناسب منافع حاصل کریں تو ہر نماز کے بعد (سو) ۱۰۰ بار اللہُ الورثُ الوکیل پڑھیں۔

(۷) اگر آپ کسی شخص سے شادی کرنا چاہتے ہیں لیکن ماں، باپ، رشتہ دار یا کوئی جاننے والے اس شادی میں رکاوٹ ڈال رہے ہیں تو ہر نماز کے بعد (اکیاون) ۵۱ بار اللہُ القائمُ الصبور پڑھیں۔

(۸) اگر آپ کسی سے شادی کرنا چاہتے ہیں لیکن کسی غلط فہمی یا ضد کی وجہ سے وہ شخص آپ سے ناراض ہے اور آپ سے شادی کرنے پر رضا مند نہیں ہے تو ہر نماز کے بعد (ایک سو اکیس) ۱۲۱ بار اللہُ الربُ الرحیم پڑھیں۔ آپ کی جائز خواہش انشاءاللہ پوری ہوگی۔

(۹) اگر آپ کے رزق میں کمی ہے اور آپ کوشش کے باوجود اتنی آمدنی نہیں حاصل کر سکتے جتنی آپ کو ملنی چاہئے تو ہر نماز کے بعد (ایک سو گیارہ) ۱۱۱ بار اللہُ الغنیُ الودود پڑھیں۔

(۱۰) اگر آپ میں قائدانہ صلاحیتیں ہیں اور آپ اپنے کالج، اسکول یا اپنے حلقے میں نمایاں کامیابی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو ہر نماز کے بعد (سو) ۱۰۰ بار اللہُ الرؤفُ الرحیم پڑھیں۔

(۱۱) اگر آپ کے بچے نافرمان ہوگئے ہیں اور آپ اپنے آپ میں روحانی طاقت پیدا کر کے ان کو راہ راست پر لانا چاہتے ہیں تو ہر رات سونے سے پہلے (اکتالیس) ۴۱ بار اللہُ العلیمُ العظیم پڑھیں۔

(۱۲) اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کو سچے خواب آئیں اور آپ کے اردگرد جو کچھ ہو رہا ہے یا آپ کے دوست، دشمنوں کے بارے میں ساری حقیقتیں آپ کو خواب میں معلوم ہو جائیں تو عشاء نماز کے بعد (ایک سو اکیس) ۱۲۱ بار اللہُ الستارُ الغفار پڑھیں۔

(۱۳) اگر آپ کے بدن میں یا گھر کے افراد میں ہر وقت بیماری رہتی ہے اور اس بیماری کی وجہ سے آپ کا بہت وقت بھی خراب ہوتا ہے اور مالی نقصان بھی ہوتا ہے تو ہر روز ظہر کی نماز کے بعد (اکیاسی) ۸۱ بار اللہُ الغفورُ الشکور پڑھیں۔

(۱۴) اگر شوہر اور بیوی ایک دوسرے کو چاہتے تو بہت ہیں لیکن پھر بھی گھر میں چھوٹی چھوٹی باتوں پر جھگڑا رہتا ہے، گھر میں بے سکونی کی فضاء رہتی ہے تو دونوں ہر نماز کے بعد (اکیس) ۲۱ بار اللہُ القدوسُ السلام پڑھیں۔

ماہ رمضان المبارک ۱۴۳۷ھ میں آپ ان وظائف سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں اور اپنی روحانی قوتوں کو طاقتور بنا کر نہ صرف اپنا بلکہ اپنے جاننے والوں کو روحانی فائدہ پہنچا سکتے ہیں۔

یہ وظائف ماہ رمضان المبارک ۱۴۳۷ھ میں آخری تاریخ تک پڑھے جا سکتے ہیں

قارئین توجہ فرمائیں

ماہنامہ روشنی میں شامل صفحات میں خط لکھنے کے لئے لفافے پر مذکورہ صفحے کا نام ضرور لکھیں۔
مثلاً اگر آپ ، آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل، خواب نامہ، روحانی کیفیات، فیضان قلندری،
آپ بھی پوچھئے یا محفل دعا میں خط لکھ رہے ہیں یا کوئی طبی، مذہبی، اصلاحی، روحانی، معاشرتی یا معلوماتی مضمون
ارسال کر رہے ہیں یا کوئی کہانی، اقوال، احادیث، حکایات، پکوان یا گھریلو ٹوٹکے روانہ کر رہے ہیں
تو لفافے پر بھی مضمون کا نام لکھ دیں۔ تاکہ آپ کا خط بلا تاخیر اپنی منزل تک پہنچ جائے۔

ماہنامہ روشنی، CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ کراچی۔ 74800 فون نمبر: 34923667

حضرت یونسؑ علیہ السلام

نینوا میں ایک بادشاہ حکومت کرتا تھا۔ طاقت کے بل بوتے پر ہر پڑوسی ملک پر چڑھائی کرنا اس کا مشغلہ تھا۔ اپنے اس شوق کی تکمیل کے لئے ایک مرتبہ اس نے بنی اسرائیل کے زمانے میں بادشاہ حدقیا کی حکومت پر حملہ بول دیا اور بہت سے بنی اسرائیلیوں کو قیدی بنا لیا۔ حدقیا بادشاہ بہت پریشان ہوا کہ اپنے قیدیوں کو نینوا کے حکمران سے کس طرح نجات دلائی جائے۔ ایک نیک بزرگ نے حدقیا بادشاہ سے کہا۔ ”تمہارے ملک میں پانچ پیغمبر ہیں ان میں سے ایک کا نام یونسؑ ہے۔ تم ان کو بُلا لو وہ اپنے معجزے دکھا کر نینوا کے بادشاہ کو اپنا تابع بنالیں گے۔“

بادشاہ نے اپنے کچھ آدمی بھیجے وہ فوراً جا کر حضرت یونسؑ کو بلا لائے۔ جب وہ تشریف لائے تو حدقیا بادشاہ نے انہیں کہا کہ نینوا کا حکمران میرے ملک پر حملہ کر کے کچھ بنی اسرائیلیوں کو قیدی بنا کر لے گیا ہے۔ برائے کرم آپ اس سلسلے میں میری مدد کریں۔ حضرت یونسؑ نے ایسا کرنے کا وعدہ کیا اور نینوا چلے گئے۔ نینوا پہنچ کر آپ نے وہاں کے بادشاہ سے کہا ”مجھے اللہ نے تمہارے پاس بھیجا ہے لہٰذا میں یہ چاہتا ہوں کہ تو فوری طور پر بنی اسرائیل کے آدمیوں کو رہا کر دے جنہیں تو قیدی بنا کر لایا ہے۔“ مگر وہ بادشاہ بڑا بد بخت تھا اس نے کہا ”کیا تمہارے اللہ کو یہ قدرت نہ تھی کہ وہ ان قیدیوں کو میری قید میں آنے ہی نہ دیتا۔“ حضرت یونسؑ تین روز تک متواتر یہ کوشش کرتے رہے کہ کسی نہ کسی طرح بادشاہ رضامند ہو جائے مگر وہ اپنے فیصلے سے ذرا بھی ٹس سے مس نہ ہوا۔ اس موقع پر حضرت یونسؑ کو حکم ہوا کہ آپ ان لوگوں کو عذاب الٰہی سے ڈرایئے۔

آپ نے حکم الٰہی کے مطابق لوگوں کو عذاب الٰہی سے بھی ڈرایا۔ مگر کفار نے آپ کا مذاق اُڑایا اور کہنے لگے کہ ”ہم بھی دیکھیں گے کہ تو کیسے عذاب لے کر آتا ہے۔“ حضرت یونسؑ نے دُعا کی ”اے باری تعالیٰ میں نے کفار کو عذاب الٰہی سے بہت ڈرایا ہے اور اب انہیں صاف صاف کہہ دیا ہے کہ اگر تم چالیس دن تک قیدیوں کو نہ چھوڑو گے تو تم پر عذاب الٰہی آئے گا۔“ پھر حضرت یونسؑ نے کہا ”اے قادر مطلق! اگر ان لوگوں پر عذاب نہ آیا تو میں ان کے سامنے جھوٹا ہوں گا اور یہ لوگ مجھے مار ڈالیں گے۔“ اللہ تعالیٰ کی جانب سے حکم ہوا۔

”اے یونس! تو نے چالیس دن کی مدت کیوں مقرر کی؟“ حضرت یونسؑ نے عرض کیا۔ ”میرے مولا اب تو میں کہہ چکا ہوں اس لئے مجھے ان لوگوں کے سامنے شرمندہ نہ کرنا ورنہ نینوا کا بادشاہ اور اس کی رعایا میرا مذاق اُڑائے گی۔“ جب تیس دن گزر گئے اور لوگوں پر عذاب نہ آیا تب حضرت یونسؑ شہر سے دس بارہ کوس دور چلے گئے اور وہاں پر اس بات کے منتظر رہے کہ نینوا شہر پر کب عذاب آتا ہے۔ پھر پینتیسویں دن حضرت یونسؑ نے دیکھا کہ ہوا میں دھواں اُٹھ رہا ہے اور آگ برسنی شروع ہوگئی ہے۔ یہ صورتحال دیکھ کر بادشاہ اور اس کے ساتھی بے چین ہو کر حضرت یونسؑ کی تلاش میں نکلے۔

بادشاہ نے بارگاہ الٰہی میں اپنے قصور کی معافی مانگی اور لوگوں سے کہا کہ وہ حضرت یونسؑ کو ڈھونڈ کر لائیں وہ واقعی اللہ کے پیغمبر ہیں۔ میں تمام قیدی ان کے حوالے کردوں گا۔ خداوند تعالیٰ نے بادشاہ کی دعا قبول کی اور عذاب ختم ہوگیا۔ مگر حضرت یونسؑ اس خیال سے شہر میں واپس نہ آئے کہ لوگ پھر انہیں طعنے دیں گے کہ عذاب موقوف ہوگیا۔ مگر آپ نے ہمیں ہلاک نہ کرایا۔ اس خیال کے آتے ہی آپ ملک روم کو روانہ ہوگئے۔ مفسرین نے لکھا ہے کہ اس طرح وہ مورد عذاب الٰہی ہے۔

حضرت یونسؑ جب روم کی جانب روانہ ہوئے اسی دوران ان کے دوست نوکر چاکر سب جدا ہوگئے۔ آپ نے اپنی بیوی اور دو بچوں کو ساتھ لیا اور منزل پر منزل طے کرتے رہے۔ ایک موقع پر جب انہیں حاجت محسوس ہوئی تو انہوں نے اپنی بیوی اور دولڑکوں کو درخت کے نیچے کھڑا کیا اور خود رفع حاجت کے لئے چلے گئے۔ اسی دوران بادشاہ شکار کھیلتا ہوا اس جانب آنکلا۔ اس کی نظر جو آپ کی خوبصورت زوجہ محترمہ پر پڑی تو وہ جبراً انہیں اپنے ساتھ لے گیا اور بچوں کو روتا بلکتا وہیں چھوڑ گیا۔ جب حضرت یونسؑ واپس تشریف لائے اور انہیں صورتحال کا علم ہوا تو وہ سمجھ گئے کہ ان پر عتاب الٰہی آیا ہے۔ چنانچہ اس مصیبت کو آپ نے صبر وشکر سے برداشت کیا اور دونوں کمسن لڑکوں کو کندھوں پر بٹھا کر آگے کی جانب روانہ ہوگئے۔ راستے میں ایک ندی پڑتی تھی۔ آپ نے ایک لڑکے کو کنارے پر چھوڑا اور دوسرے کو اٹھا کر ندی پار کرنے لگے۔

ان کا خیال تھا کہ واپس آکر وہ دوسرے لڑکے کو بھی ندی پار کرا دیں گے مگر کرنا خدا کا کیا ہوا کہ جس بچے کو آپ ندی کے کنارے چھوڑ آئے تھے اسے بھیڑیا اٹھا کر لے گیا۔ جب کہ دوسرا بچہ بھی ندی میں گر گیا اور پانی کی تند وتیز لہروں نے اسے کہیں سے کہیں پہنچا دیا اس طرح آپ دونوں بیٹیوں سے محروم ہوگئے۔ آپ نے اس مصیبت پر بھی اللہ کا شکر ادا کیا پھر جب آپ ندی کے پار پہنچے تو وہاں ایک مسافر بردار بحری جہاز روانہ ہونے والا تھا۔ آپ اس میں سوار ہوگئے۔ مگر ابھی یہ جہاز تھوڑی دور ہی گیا تھا کہ اسے طوفان نے آلیا۔ تمام مسافروں میں ہلچل مچ گئی۔ جہاز کے ناخدا نے مسافروں سے کہا یہ میرے تجربے کی بات ہے کہ جب بھی کوئی بھاگا ہوا غلام جہاز میں موجود ہوتا ہے تو جہاز اس قسم کے طوفان میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ لہٰذا بہتر یہی ہے کہ اس وقت جہاز میں جو بھی بھاگا ہوا غلام موجود ہے وہ خود کو ظاہر کر دے تا کہ اسے رسیوں سے باندھ کر دریا

میں ڈال دیا جائے ورنہ اس شخص کے عوض ہزاروں جانیں ضائع ہو جائیں گی۔

اس موقع پر حضرت یونسؑ نے اٹھ کر کہا ''میں بھاگا ہوا غلام ہوں میرے ہاتھ پاؤں باندھ کر دریا میں ڈال دو۔'' لوگوں نے کہا ''استغفر اللہ آپ کیا فرماتے ہیں آپ تو بزرگ ہیں۔'' پھر طے یہ ہوا کہ قرعہ ڈالا جائے۔ تین بار قرعہ ڈالا گیا اور تینوں مرتبہ حضرت یونسؑ کا نام ہی نکلا لیکن جب لوگ پھر بھی آپ کو دریا میں ڈالنے پر آمادہ نہ ہوئے تو آپ نے خود ہی دریا میں چھلانگ لگا دی۔ آپ کے گرتے ہی جہاز صحیح سلامت آگے کو روانہ ہو گیا اس واقعہ کے بارے میں قرآن کریم میں آیا ہے۔ ''اور بے شک یونسؑ بھی پیغمبروں میں سے ہیں کہ جب بھاگ کر بھری ہوئی کشتی کے پاس پہنچے اور وہاں اہل کشتی کے ساتھ قرعہ ڈالا تو ہار گئے۔'' (پارہ ۲۳' والصفت' آیت 141)

جب حضرت یونسؑ پانی میں گرے تو حسن اتفاق سے اس وقت ایک بڑی مچھلی اپنی خوراک کی تلاش میں تھی۔ مچھلی نے حضرت یونسؑ کو نگل لیا۔ اس بارے میں قرآن کریم میں ارشاد ہوا ''پھر ان کو مچھلی نے نگل لیا اور اس وقت اپنے آپ کو بہت ہی ملامت کرتے تھے۔'' پھر مچھلی کو حکم ہوا ''خبردار ہم نے یونس کو تیری غذا کے واسطے نہیں بھیجا بلکہ تیرا پیٹ اس کے واسطے قید خانہ بنا دیا ہے۔''

مفسرین لکھتے ہیں کہ مچھلی کا گوشت پوست مثل شیشہ بن گیا۔ آپ سات دن یا سات ماہ مچھلی کے پیٹ کے اندر رہے پھر مچھلی نے انہیں دریا کے کنارے پر اُگل دیا یوں آپ نے عذاب الٰہی سے نجات پائی۔ حضرت یونسؑ نے توبہ کی اور اللہ تعالیٰ نے انہیں معاف فرما دیا۔ پھر اللہ کی رحمت سے انہیں اپنی زوجہ محترمہ اور دونوں بچے بھی واپس مل گئے۔ خدا نے اپنے پیغمبر کی بیوی کی عصمت کی حفاظت کی اور جو بادشاہ انہیں اٹھا کر لے گیا تھا اسے یہ جرأت نہ ہوئی کہ وہ پیغمبر کی پاک بیوی کو ہاتھ بھی لگا سکے۔ اس کے بعد آپ کو اپنے دونوں بیٹے بھی واپس مل گئے۔ شہر کے لوگوں نے انہیں بتایا کہ ایک لڑکے کو ہم نے بھیڑیئے کے منہ سے چھڑایا تھا جب کہ دوسرے کو ندی میں ڈوبنے سے بچالیا تھا۔

اس کے بعد آپ نینوا شہر چلے گئے اور تبلیغ اسلام کا مشن سنبھال لیا۔ آپ کی آمد سے نینوا شہر کے لوگوں پر تمام آفات اور مصیبتیں ٹل گئیں اور وہ بہت خوشحال ہو گئے۔ اس کے چند ہی برس بعد حضرت یونسؑ کا انتقال ہو گیا اور نینوا شہر میں ہی آپ کو دفن کیا گیا۔ تاہم بعض مفسرین کا خیال ہے کہ آپ کا مزار شریف کوفہ میں ہے۔

(نازیہ اقبال......کراچی)

اطمینان قلب

اللہ تعالیٰ کی یاد اور اس کے ذکر میں ہی اطمینان قلب نصیب ہوتا ہے قرآن کریم میں ذکر ہے کہ ''اللہ کے ذکر میں دلوں کا سکون اور اطمینان پوشیدہ ہے۔'' ذکر سے مراد کہ سوئے ہوئے دل اور خوابیدہ روح کو جگا دینا' جب یہ مقصد حاصل ہو گیا تو پھر اطمینان' ہی اطمینان اور امن ہی امن ہے۔

امن کی حقیقت قرآن حکیم میں یہ بیان کی گئی ہے کہ ''نہ انہیں خوف ہوگا نہ حزن و ملال'' حزن و ملال کسی نقصان پر ہوتا ہے لیکن ایمان کی حالت میں یہ کیفیت ہوگی کہ اللہ کی مرضی اور مشیت یہی تھی اس لئے پریشانی کیسی؟ امن و سکون اور اطمینان قلب کی یہ کیفیت ذکر کی بدولت حاصل ہوتی ہے کیسی ہی مشکلات و مصائب ہوں لیکن دل میں یہ ہی بات سماتی ہے کہ اللہ کی یہ مرضی ہے تو پھر کوئی پریشانی پریشانی نہیں رہتی اور اس سکون سے بڑی کوئی دولت نہیں' دل کا سکون صرف خدا کی یاد میں پوشیدہ ہے۔

جو آدمی خدا کو بھول جائے اور غفلت کا شکار ہو جائے تو اس کے متعلق ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ ''جو میری یاد سے منہ پھیرے اس کے نصیب میں پریشان حال زندگی ہی ہوتی ہے۔''

(ارم ناز......لاہور)

رسول اکرم ﷺ کی بعثت سے پہلے سرزمین عرب سے مئے نوشی و مئے فروشی کثرت سے ہوتی تھی۔ قمار بازی ولاٹری کا رواج عام تھا۔ زنا اعلانیہ اور کھلے بندوں ہوتا تھا سود کا لین دین معیوب نہ تھا قتل وغارت لوٹ مار اور ظلم وستم کا بازار گرم تھا۔ حکومت و سرداری کے حصول کے لئے جھگڑے فساد برسہا برس نسل در نسل چلتے، جہالت عام تھی۔ علم و دین کا کہیں نام ونشان نہ تھا۔

برادران ملت اسلامیہ ادوار حاضر اور زمانہ قبل از اسلام کا تقابلی جائزہ اور حیرت انگیز مماثلت بہ بانگ دہل ہمیں دین پر کاربند ہونے اور حصول علم دین کی کوشش اور محنت کی ضرورت کا احساس دلا رہی ہے اور ''علم سیکھنے ہی سے آتا ہے۔'' (کتاب العلم، صحیح بخاری)

علم ایک بے کراں سمندر ہے نہ علم کی کوئی حد ہے اور نہ اس کو سیکھنے کی کوئی حد اور عمر۔ رسول اکرم ﷺ نے بھی اللہ تعالیٰ سے اپنے علم کو اور بڑھانے کی دعا فرمائی۔

(سورۂ طٰہٰ، آیت نمبر ۱۱۴)

ایمان لانے کے بعد علم حاصل کرنا لازم ہے جیسے جیسے علم بڑھتا جائے گا ویسے ویسے ایمان دلیل وعقل کے دائرے سے نکل کر وجدان اور حال کی حدود میں داخل ہوتا جائے گا۔

حضرت معاویہؓ سے مروی ہے ''آنحضرت ﷺ نے فرمایا اللہ کو جس کی بھلائی منظور ہوتی ہے اس کو دین کی سمجھ عنایت فرماتا ہے۔'' (کتاب العلم، صحیح بخاری)

آنحضرت ﷺ نے فرمایا ''عالم لوگ ہی پیغمبروں کے وارث ہیں پیغمبری نے علم کا ترکہ چھوڑا پھر جس نے علم حاصل کیا اس نے پورا حصہ لیا۔''

(کتاب العلم، صحیح بخاری)

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے ''اللہ سے اس کے وہی بندے ڈرتے ہیں جو علم والے ہیں۔'' (سورۂ فاطر آیت ۲۸)

احادیث بالا اور ارشاد ربانی میں عالم سے صرف سند یافتہ عالم دین ہی مراد نہیں بلکہ علم وحق کے طالب اللہ کے احکامات کی معرفت رکھنے والے اور اپنے اعمال کو تابع سنت رکھنے والے بھی مراد ہیں۔

حضرت ربیعہؓ سے مروی ہے ''جس کو دین کا تھوڑا سا بھی علم ہو وہ اپنے تئیں بیکار نہ کردے۔''

(کتاب العلم، صحیح بخاری)

صاحب علم نہ صرف یہ کہ خود باعمل رہے بلکہ تبلیغ دین و اشاعت دین دوسروں کو بھی زبان اور قلم سے علم پہنچائے۔

''اور جو کوئی علم حاصل کرنے کے لئے رستہ چلے گا اللہ اس کے لئے جنت کا راستہ آسان کردے گا۔''

(کتاب العلم، صحیح بخاری)

تبلیغ دین اور اشاعت دین کے لئے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ ''اور ضرور ہے تم میں ایک ایسی جماعت رہے جو نیکی کی طرف بلایا کرے اور بھلائی کا حکم دیا کرے اور بدی سے روکا کرے اور پورے کامیاب یہی تو ہیں۔''

(سورۂ آل عمران، آیت ۱۰۴)

یہی تو تمام انبیاء کرام علیہم الصلوٰۃ والسلام کی سنت رہی ہے گزشتہ عذاب یافتہ اقوام میں بھی ایسی ہی جماعت پوری قوم پر اجتماعی عذابوں کے باوجود محفوظ و مامون رہی ہے۔ اسی سنت پر عالم لوگوں کو پوری کامیابی کی بشارت دی گئی ہے دراصل یہ ان کے اطاعت الٰہی اور اتباع رسول ﷺ کا رب جلیل کی طرف سے انعام ہے۔

مرضی تری ہر وقت جسے پیش نظر ہے
بس اس کی زباں پہ نہ اگر ہے نہ مگر ہے

اتباع رسول ﷺ ہی اطاعت الٰہی کی عملی تصویر ہے اور متبع بے دلیل کے لئے بخشش ومغفرت کا وعدہ ہے۔

''(اے رسول ﷺ) آپ کہہ دیجئے کہ اگر تم اللہ سے محبت رکھتے ہو تو میری پیروی کرو اللہ تم سے محبت کرنے لگے گا اور تمہاری مغفرت کردے گا (گناہ بخش دے گا)''

(سورۃ آل عمران، آیت ۳۱)

عامۃ الناس سے اس خطاب میں اللہ تعالیٰ نے محبت الٰہی کے حصول کا ذریعہ اتباع رسول ﷺ کو قرار دیا ہے جو جتنا زیادہ متبع رسول ﷺ ہوگا اتنا ہی زیادہ اللہ تعالیٰ سے بخشش ومغفرت اور رحم وکرم کا حقدار ٹھہرے گا۔

پردے اٹھے ہوئے بھی ہیں ان کی نظر ادھر بھی ہے
بڑھ کے مقدر آزما سر بھی ہے سنگ در بھی ہے

اللہ تواب الرحیم سچی توبہ کرنے والوں کو پسند کرتا ہے۔

"توبہ جس کا قبول کرنا اللہ کے ذمہ ہے وہ تو بس انہی لوگوں کی ہے جو بری حرکت نادانی سے کر بیٹھتے ہیں اور پھر قریب ہی (وقت میں) توبہ کر لیتے ہیں۔ایسے ہی لوگوں کی توبہ اللہ قبول کرتا ہے۔اللہ بڑا علم والا اور حکمت والا ہے ایسے لوگوں کی توبہ (قبول نہیں جو برابر گناہ کرتے رہیں)"

(سورۃ النساءٔ آیت ۱۸-۱۷)

جب سچی توبہ کرنے والے اپنے گناہوں کا احساس کر کے اللہ تعالیٰ کے حضور اپنے گناہوں کا اعتراف کر کے دوبارہ گناہ نہ کرنے کا پکا عزم لے کر تمام تر پشیمانی عاجزی اور ندامت کے ساتھ توبہ واستغفار کریں تا تواب الرحیم کی طرف سے بخشش کا وعدہ اور انعام کی بشارت ہے۔

"اور یہ وہ لوگ ہیں جب کوئی بیجا حرکت کر بیٹھتے یا اپنے حق ہی حق میں کوئی ظلم کر ڈالتے ہیں تو اللہ کو یاد کر لیتے ہیں اور اپنے گناہوں سے معافی طلب کرنے لگتے ہیں اور اللہ کے سوا ہے کون جو گناہوں کو بخشتا ہے اور یہ (لوگ) اپنے کئے ہوئے پر اصرار نہیں کرتے حالانکہ وہ جان رہے ہوں ایسے لوگوں کی جزا ان کے پروردگار کی طرف سے بخشش ہے اور (بہشت کے) باغ ہیں جن کے نیچے نہریں بہہ رہی ہیں ان میں وہ ہمیشہ ہمیشہ رہیں گے۔

(سورۃ آل عمران آیت ۱۳۶-۱۳۵)

میرے کریم سے گر قطرہ کسی نے مانگا
دریا بہا دیئے ہیں در بے بہا دیئے ہیں

ایمان لانے کے بعد علم حاصل کرنا لازم ہے جیسے جیسے علم بڑھتا جائے گا
ویسے ویسے ایمان دلیل وعقل کے دائرے سے نکل کر وجدان اور حال کی حدود میں داخل ہوتا جائے گا

واضح رہے کہ حقوق العباد کی ادائیگی میں کوتاہی کی معافی متاثرہ فریق کی تلافی کئے بغیر یا اس سے معاف کرائے بغیر نہیں ملے گی۔

حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے۔" آنحضرت ﷺ نے فرمایا جس نے دوسرے کی عزت لی ہو یا آبروریزی کی ہو یا اور کوئی ظلم کیا ہو تو وہ آج دنیا میں معاف کرا لے۔اس دن سے پہلے جہاں نہ دینار ہوں گے نہ درہم البتہ اگر نیک عمل اس کے پاس ہوگا تو وہ لے لیا جائے گا اس کے ظلم کے موافق اگر نیک عمل نہ ہوگا تو مظلوم کی برائیاں لے کر (ظلم کی تلافی بقدر) ظالم پر ڈالدی جائے گی۔"

(کتاب المظالم صحیح بخاری)

اے میرے مسلمان بھائیو!

رہ کے دنیا میں بشر کو نہیں زیبا غفلت
موت کا دھیان بھی لازم ہے کہ ہر آن رہے
جو بشر آتا ہے دنیا میں یہ کہتی ہے قضا
میں بھی پیچھے چلی آتی ہوں ذرا دھیان رہے

لمحہ فکریہ ہے کہ دنیا کمانے کی ہوس نے ہمیں خواب غفلت سے دوچار کر دیا ہے اور عقبیٰ کمانے کی ہمیں کوئی فکر نہیں ہے حالانکہ ہر لمحہ ہم قبر سے قریب اور دنیا سے دور ہو رہے ہیں اور قضا ہمارے سروں پر منڈلا رہی ہے۔

معاشرتی واخلاقی صورتحال کا بہ نظر غائر جائزہ لیں کہ ہم موجودہ تفریق اور گروہ بندیوں کا شکار کیوں ہیں؟

آپس میں قومی ملی و دینی ہمدردی کا فقدان کیوں ہے؟

ہمارے معاشرے میں قتل وغارت گری لوٹ مار فتنہ و فساد اور ظلم وستم کی بہتات کیوں ہے؟

بھائیو کہیں ایسا تو نہیں کہ احکامات الٰہی کو پس پشت ڈال دینے کی صورت میں وبال ہمارے اوپر مسلط کر دیا گیا ہے۔کیونکہ اللہ تعالیٰ ہم سے کہہ رہا ہے۔"اللہ کی رسی کو مضبوط سے پکڑو اور ٹکڑے ٹکڑے نہ ہو جاؤ۔" اور ہم نے ساری رسیاں پکڑی ہوئی ہیں سوائے اللہ کی رسی کی۔

اللہ تعالیٰ ہم سے کہہ رہا ہے "رسول اللہ ﷺ کی پیروی کرو اللہ تم سے محبت کرنے لگے گا۔" اور ہم نے ظاہری شکل وصورت میں آپ ﷺ کی شباہت اختیار کی اور نہ ہمارے اعمال تابع سنت ہیں۔

اس تمام صورتحال کی اصلاح کیسے ہو؟

ارشاد باری تعالیٰ ہے

علم

☆ کہو بھلا جو لوگ علم رکھتے ہیں اور جو نہیں رکھتے دونوں برابر ہو سکتے ہیں (اور) نصیحت تو وہی پکڑتے ہیں جو عقلمند ہیں ○

سورۃ الزمر آیت نمبر ۹

خدا نے آج تک اس قوم کی حالت نہیں بدلی
نہ ہو جس کو خیال آپ اپنی حالت کے بدلنے کا

اپنی موجودہ حالت بدلنے کے لئے ہم پہ لازم ہے کہ قرآن و حدیث سے رشتہ جوڑیں۔احکامات شریعت کی پابندی کریں اور دین پر کاربند ہو جائیں دین پر کماحقہ کاربند ہونے کے لئے حصول علم دین کی فکر اور اہتمام کریں۔

"آپ (اے رسول ﷺ) کہہ دیجئے کہ علم والے اور بے علم کہیں برابر ہوتے ہیں نصیحت تو بس وہی حاصل کرتے ہیں جو عقل والے ہیں۔"

یعنی علم تو دلیل سمعی و دلیل عقلی کو مان کر نصیحت حاصل کرنے والوں کے ہی حصے میں آتا ہے یہی عقل مند اور کامیاب لوگ ہیں اور دلیل سمعی و دلیل عقلی کو رد کرنے والے ان دلائل سے نصیحت نہ لینے والے بے علم رہ کر بے عمل زندگی گزارنے کی پاداش میں عبرت ناک انجام سے دوچار ہوں گے۔

"دوزخی کہیں گے (دوزخ کے محافظوں سے) اگر ہم (پیغمبروں کی بات) سن لیتے یا عقل سے کام لیتے تو آج دوزخیوں میں نہ ہوتے۔"

(سورۃ الملک آیت ۱۰)

اے ہمارے رب (ہمارے قصور) معاف کر اور (ہمارے حال پر) رحم فرما اور تو (سب) رحم کرنے والوں سے بہتر ہے۔

(آمین)

(حافظ عنایت علی.....کراچی)

J950526

آپ کے ستارے اور آپ کی صحت۔۔۔

ہر دوا ہر ایک کے لئے نہیں ہوتی۔۔۔

دوا کے انتخاب میں ستاروں کا حساب اہم کردار ادا کرسکتا ہے

روشنی اسٹار سائن کیپسولز

آپ کی تاریخِ پیدائش کے حساب سے تیار کی گئی دوا

قدرت نے ہر انسان کو ایک خاص وقت اور خاص مہینے میں پیدا کیا ہے جس کے ذریعے وہ ایک مخصوص برج (ستارہ) کا حامل ہوتا ہے۔ اور اس برج کے حساب سے منتخب رنگ، عدد، پتھر، ستارہ اور جڑی بوٹیاں اس کے لئے مفید ثابت ہوتے ہیں۔ اسی لئے دیکھا گیا ہے کہ ہر دوا ہر ایک کے لئے نہیں ہوتی۔ ایک دوا کسی ایک شخص کے لئے شفا بخش ہے تو وہی دوا دوسرے شخص کے لئے بے کار۔

روشنی دواخانہ نے اس سلسلے میں جڑی بوٹیوں کے مختلف ستاروں پر اثرات کی جامع تحقیق کی۔ اور آپ کے برج (ستارے) کے حساب سے منتخب مخصوص جڑی بوٹیوں کے ذریعے اسٹار سائن کیپسولز تیار کئے ہیں۔

اس دوا کی خاص بات یہ ہے کہ یہ آپ کے برج کے حساب سے آپ کے جسم اور ذہن کو (Balance) رکھتے ہیں۔ اور مختلف امراض سے بچاؤ کے لئے قوت مدافعت پیدا کرتے ہیں۔

چونکہ یہ دوا ستاروں کے حساب سے مخصوص جڑی بوٹیوں سے تیار کردہ ہے اس لئے اپنے برج کے علاوہ دوسرے برج کی دوا استعمال کرنا موثر نہیں ہوتا۔

نوٹ: اگر آپ کو اپنا برج نہیں پتہ تو نام کے پہلے حرف کے حساب سے دوا استعمال کرسکتے ہیں۔

Aries Taurus Gemini Cancer Leo Virgo Libra Scorpio Capricorn Sagittarius Aquarius Pisces

حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

برج سرطان

CANCER

☆۲۲جون تا۲۲جولائی

☆حرف=ح' ڈ' ھ

☆علامت=کیکڑا

☆عنصر=پانی

☆سیارہ=قمر

☆مزاج=راسخ

☆خوش قسمتی کا ہندسہ=2

☆موافق رنگ=زرد' ہرقسم کا سبز

☆موافق پتھر=زمرد اور سیاہ موتی

☆مثبت خصوصیات=رحمدلی محتاط طرز عمل' حساسیت' فرض شناسی اور تخیل پرستی

☆منفی خصوصیات=افسردگی' ترش روئی' موڈ کے تابع ہونا

☆سرطان کے بہترین ساتھی=عقرب اور حوت افراد ہوتے ہیں

☆دوسرے درجے پر بہترین ساتھی=اسد' سنبلہ' ثور اور جوزا افراد ہوتے ہیں

سرطان مرد: سرطان افراد قدرے مغرور لیکن بے حد حساس ہوتے ہیں ان میں شفقت کا مادہ بھی ہوتا ہے' یہ اس طرح کام کرتے ہیں گویا کہ وہ کائنات کا محور ہوں' ساتھ ہی یہ قدرے بزدل ہوتے ہیں لیکن اگر کوئی حقیقی خطرہ درپیش ہو تو بڑی بہادری کا مظاہرہ کرتے ہیں ان پر اگر کوئی معمولی سی نکتہ چینی بھی کی جائے یا ان کی بات کو سمجھنے کی کوشش نہ کی جائے تو ان کے جذبات مجروح ہوجاتے ہیں اگر ان کی تعریف اور حوصلہ افزائی کی جائے تو یہ ہی ممنون ہوتے ہیں کوئی ان سے کتنا ہی قریب کیوں نہ ہو یہ اپنے معاملات میں مداخلت برداشت نہیں کرتے۔ سرطان افراد بخوبی جانتے ہیں کہ زندگی گزارنے کا فن کیا ہے' یہ اپنی وجدانی آنکھ کی بدولت ہلکے سے اشارے بھی پڑھ لیتے ہیں۔ چونکہ ان کا عنصر پانی ہے لہٰذا سرطان افراد کسی کام میں براہ راست شامل نہیں ہوتے وہ بالواسطہ کام کرکے زیادہ تسکین محسوس کرتے ہیں اسی طرح وہ لوگوں کے سر پر اپنی ذہانت و فطانت کا ہتھوڑا مارنے کی بجائے ان کے اذہان میں اپنی مشاورت کا بیج بوتے ہیں اور اپنا مقصد حاصل کرلیتے ہیں۔ یہ اپنے اردگرد موجود لوگوں کا استحصال کرکے کامیابی سے ہمکنار ہوتے ہیں' خوف ان کی خوداعتمادی کے حق میں زہر قاتل ثابت ہوتا ہے' ان کی پہلے سے کمزور قوت ارادی کو تباہ کرتے ہوئے ان کی شخصی اور پیشہ ورانہ نمو کی راہ میں رکاوٹ بن جاتا ہے۔ اگر یہ لوگوں کو آرام وسکون پہنچانے کے خواہشمند ہوں تو وہ ان کی تحفظ اور مسرت کے بارے میں مساوی طور پر متفکر ہوں گے۔ سیاسی طور پر یہ رجعت پسند ہوتے ہیں اور قدیم اقدار اور طرز زندگی کو محفوظ رکھنے کے متمنی ہوتے ہیں' معاشی طور پر یہ کفایت شعار ہوتے ہیں' سماجی طور پر یہ طویل دوستیاں پالنے کے شوقین ہوتے ہیں۔

سرطان عورت: سرطان بطور خاص چاند سے تعلق رکھتا ہے' یہی وجہ ہے کہ سرطان عورت جذباتی' تاثراتی' تصوراتی' ڈرامائی اور اپنی ذات میں مگن رہنے والی ہے۔ یہ اپنے دوستوں کے لئے کشش رکھتی ہیں۔ برج سرطان منقلب ہونے کی وجہ سے سرطان عورت کو عمل پر ابھارتا ہے اور مزاجاً آبی ہونے کی بنا پر وہ ایسا کرنے میں سرعت سے کام لیتی ہے۔ سرطان عورت مقناطیسی کشش کی حامل ہوتی ہے یہ مجسم اطاعت شعار اور اپنی آنکھوں میں ذہانت کی چمک لئے ہوئے ہوتی ہیں' سرطان عورت کا خفیہ راز یہ ہے کہ وہ جتنا بظاہر نظر آتی ہیں اس سے کہیں زیادہ تسلط پسند ہیں۔ سرطان عورت جب تک اپنی صلاحیتوں کو دوسرے لوگوں کے ساتھ تعاون کے لئے استعمال کرتی ہیں تب تک معاملات ٹھیک ٹھاک رہتے ہیں لیکن اس کے اندر کی منفی عورت کو معاملات کی مکمل باگ ڈور سنبھالنے سے احتراز کرنا چاہئے۔ جب سرطان عورت متفکر ہوتی ہے تو روزمرہ زندگی کے مسائل سے فرار کی راہ اختیار کرتی ہے۔ اس کے دوست احباب اچانک اس میں تبدیلی محسوس کرتے ہیں اور اسے خود سے دور محسوس کرتے ہیں کیونکہ وہ بہت کم مسئلہ کی وضاحت کرتی ہے۔ ان عورتوں کے لئے شادی اکثر اونچے طبقے میں شامل ہونے کا ایک ذریعہ ہوتی ہے۔ سرطان عورتیں اپنے گھر کو فنکارانہ طریقے سے خوبصورت بناتی ہیں۔ ماں کے طور پر یہ بچوں پر زیادہ حکم نہیں چلاتیں لیکن کبھی کبھی انہیں بچوں پر غصہ آجاتا ہے' یہ بڑے بچوں کے مقابلے میں چھوٹے بچوں سے زیادہ پیار کرتی ہیں۔

یہ وظائف خاص طور پر برج سرطان سے تعلق رکھنے والوں کے لئے ہیں

69

سرطان افراد کے لئے خاص وظائف

ان صفحات پر موجودہ برج کے حساب سے علم نجوم اور علم کشف کی روشنی میں وظائف تجویز کئے جاتے ہیں۔۲۲ جون تا ۲۲ جولائی کے درمیان پیدا ہونے والوں کا برج سرطان CANCER ہے۔ اگر آپ کی تاریخ پیدائش بھی اس برج یعنی سرطان (CANCER) میں ہے تو آپ بھی اپنے مسائل کے حل کے لئے درج ذیل وظائف کر سکتے ہیں۔ یہ وظائف جون ۲۰۰۸ء سے شروع کر کے ۹۰ دن تک مسلسل پڑھیں۔ خواتین ناغے کے دنوں کا شمار بعد میں کر لیں۔ ان وظائف سے پہلے اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور اس بات پر پوری طرح یقین رکھیں کہ آپ کے مسائل صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی حل کر سکتا ہے۔

یہ وظائف عشاء کی نماز کے بعد ۴۱ بار پڑھیں

رزق میں کشادگی کے لئے

- اگر آپ لوہے کا کام کرتے ہیں تو اللہ الواسع الجلیل پڑھیں
- اگر آپ پلاسٹک کا کام کرتے ہیں تو اللہ النور الواحد پڑھیں
- اگر آپ کپڑے کا کام کرتے ہیں تو اللہ اللہ الجامع الودود پڑھیں
- اگر آپ ملازمت پیشہ ہیں تو اللہ القادر القوی پڑھیں
- اگر آپ سونے یا چاندی کا کاروبار کرتے ہیں تو اللہ الرشید الصبور پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار الیکٹرونک کے سامان کا ہے تو اللہ الکریم الرزاق پڑھیں
- اگر آپ ہول سیل میں ڈیل کرتے ہیں تو اللہ الرافع الرؤف پڑھیں
- اگر آپ ریٹیل کا کام کرتے ہیں تو اللہ الغنی المغنی پڑھیں
- اگر آپ صحافت کے پیشے سے منسلک ہیں تو اللہ النور البصیر پڑھیں
- اگر آپ گاڑیوں کا کام کرتے ہیں تو اللہ المتین المالک پڑھیں
- اگر آپ کمپیوٹر کے شعبے سے منسلک ہیں تو اللہ الواحد الودود پڑھیں
- اگر آپ کی اپنی ذاتی دکان ہے تو اس میں برکت کے لئے اللہ الخبیر القائم پڑھیں
- اگر آپ ڈاکٹر ہیں تو اللہ القادر القدیر پڑھیں
- اگر آپ امپورٹ ایکسپورٹ کا کام کرتے ہیں تو اللہ النور البصیر پڑھیں
- اگر آپ ٹیچر ہیں تو اللہ الحسیب الجلیل پڑھیں
- اگر آپ فرنیچر کا کام کرتے ہیں تو اللہ الظاہر الباطن پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار اشیاء خورد و نوش کی فروخت کا ہے تو اللہ الخالق الرزاق پڑھیں
- اگر انتھک محنت کے باوجود رزق میں تنگی ہو تو اللہ الجامع الجلیل پڑھیں

گھریلو مسائل

- اگر گھر میں جھگڑے رہتے ہیں تو اللہ العلیٰ الولی پڑھیں
- اگر گھر میں بے برکتی ہو تو اللہ المعید المعز پڑھیں
- اگر گھر میں چوری کا خطرہ ہو تو اللہ الواحد الاحد پڑھیں
- اگر سنبھالی ہوئی چیزیں غائب ہو جاتی ہوں تو اللہ الظاہر الباطن پڑھیں
- اگر میاں بیوی کے درمیان اختلافات ہوں تو اللہ الرزاق الواحد پڑھیں
- اگر میاں بیوی پر شک کرے تو بیوی اللہ الحق النور پڑھے
- اگر بیوی میاں پر شک کرے تو اللہ الباعث الشکور پڑھے
- بہن بھائیوں میں جھگڑے رہتے ہوں تو اللہ الودود المجید پڑھیں
- بہو اور ساس کے جھگڑے ہوں تو اللہ النور الکریم پڑھیں
- اگر بھابی اور نندیں آپس میں جھگڑتے ہوں تو اللہ الحمید الوارث پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے ذاتی اختلافات ہوں تو اللہ القادر المتین پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے خاندانی اختلافات ہوں تو اللہ القائم الکریم پڑھیں
- اگر بھائیوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہ الغفور الشکور پڑھیں
- اگر بہنوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہ المجید الرشید پڑھیں
- اگر گھر کے بیٹے قابو سے باہر ہو جائیں تو اللہ الحسیب الجلیل پڑھیں
- گھر کی بہو گھر اور گھر والوں کو نقصان پہنچا رہی ہو تو اللہ النور الودود پڑھیں
- اگر آپ خوبصورت ہیں اور شوہر کو آپ میں کشش محسوس نہ ہوتی ہو تو اللہ الکریم النور پڑھیں
- اگر آپ کی بہنیں آپ سے حسد کرتی ہوں تو اللہ الودود الشکور پڑھیں

- ❁ اگر بیٹی کی شادی میں رکاوٹ ہو تو الواحدُ الرافع پڑھیں
- ❁ اگر بیٹے کی شادی میں رکاوٹ ہو تو اللہُ الواسعُ الجامع پڑھیں
- ❁ اگر آپ محسوس کریں کہ یہ سب جادو کا اثر ہے تو اللہُ الواحدُ النور پڑھیں

اولاد کے مسائل

- ❁ اگر شادی کو کافی عرصہ گزر چکا ہو اور اولاد نہ ہوتی ہو تو اللہُ الخالقُ الکریم پڑھیں
- ❁ اگر اولاد ہوتی ہو اور بعد میں اللہ کو پیاری ہو جاتی ہو تو اللہُ الرافعُ الباسط پڑھیں
- ❁ اگر اولاد ابنارمل پیدا ہو تو اللہُ العلیمُ المصور پڑھیں
- ❁ اگر بچے معذور پیدا ہوتے ہوں تو اللہُ الرحیمُ القادر پڑھیں
- ❁ اگر ڈاکٹرز یہ کہتے ہوں کہ باپ میں جراثیم کی کمی ہے تو اللہُ القادرُ القوی پڑھیں
- ❁ اگر عورت میں کوئی خرابی ہو تو اللہُ المالکُ المتین پڑھیں
- ❁ اگر مسلسل علاج کے باوجود فائدہ نہ ہوتا ہو تو میاں بیوی دونوں اللہُ الخالقُ الواحد پڑھیں
- ❁ اگر ماں باپ کو اولادِ نرینہ کی خواہش ہو تو اللہُ الجبارُ الکریم پڑھیں
- ❁ اگر ماں باپ کو لڑکی کی خواہش ہو تو اللہُ المومنُ المالک پڑھیں

جسمانی مسائل

- ❁ اگر آپ کے سر میں مستقل درد ہوتا ہو تو اللہُ الرحمٰنُ الحکیم پڑھیں
- ❁ اگر سر کے آدھے حصے میں (دردِ شقیقہ) ہوتا ہو تو اللہُ النورُ البصیر پڑھیں
- ❁ اگر آپ کی یادداشت کمزور ہے تو اللہُ العلیمُ الحکیم پڑھیں
- ❁ اگر آپ کے بال گرتے ہوں تو (عورتوں کے لئے) اللہُ القدوسُ النور پڑھیں
- ❁ اگر آپ کے سر میں خشکی ہو تو اللہُ السلامُ النور پڑھیں
- ❁ اگر آنکھوں میں جلن رہتی ہو تو اللہُ الجامعُ الکریم پڑھیں
- ❁ اگر آپ کی بینائی کمزور ہو تو اللہُ النورُ البصیر پڑھیں
- ❁ اگر آپ امراضِ قلب میں مبتلا ہوں تو اللہُ المالکُ الملک پڑھیں
- ❁ اگر آپ کے پورے جسم میں درد رہتا ہو تو اللہُ الغفورُ الرحیم پڑھیں
- ❁ اگر آپ کے جوڑ پٹھوں میں درد رہتا ہو تو اللہُ الحفیظُ الجلیل پڑھیں
- ❁ اگر آپ سانس کی تکلیف میں مبتلا ہیں تو اللہُ الحسیبُ الکریم پڑھیں
- ❁ اگر ہاتھوں میں لرزش ہو تو اللہُ الرافعُ السمیع پڑھیں
- ❁ اگر جسم کا کوئی حصہ مستقل سن ہو گیا ہے تو اللہُ اللطیفُ الحلیم پڑھیں
- ❁ اگر چہرے پر بے رونقی ہو تو اللہُ الخبیرُ الکبیر پڑھیں
- ❁ اگر آپ خوبصورت ہوں مگر کچھ عرصے پہلے چہرے پر چھائیوں نے ڈیرہ ڈال دیا ہو تو اللہُ الرافعُ الرؤف پڑھیں
- ❁ اگر نزلہ زکام یا کان ناک اور گلے کی بیماریاں ہوں تو اللہُ النورُ الجامع پڑھیں

برج (ستاروں) کے حساب سے خاص وظائف کیا ہوتے ہیں؟

ہر انسان کی پیدائش اس کی تخلیق، اس کا دنیا میں آنا ایک خاص وقت سے منسلک ہے۔ علم نجوم کے حساب سے کسی انسان کی پیدائش کی تاریخ اور وقت ایک خاص برج سے تعلق رکھتا ہے۔ اور اس برج سے مخصوص رنگ، عدد، پتھر، جڑی بوٹی، پھول، دن وغیرہ اس برج میں پیدا ہوئے انسان کے لئے بہت فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔

علم نجوم اور علم روحانیات کے ماہرین کی تحقیق کے مطابق برجوں (Stars) کا اثر انسان کی روحانیت پر بھی ہوتا ہے اور برجوں کے مطابق روحانی عمل یا وظیفہ زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے ہمارے ماہرین نے مختلف برجوں کے حساب سے مختلف وظائف تشکیل دیئے ہیں جو موجودہ برجوں (یعنی جو برج چل رہا ہو) میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے بہت مفید ہیں۔

اس سلسلے میں برج سرطان کے لئے وظائف شائع کئے جا رہے ہیں جو کہ برج سرطان میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے مخصوص ہیں اور مختلف مسائل کے حل کے لئے پڑھے جاسکتے ہیں۔

نفسیاتی مسائل

- ❁ اگر نیند نہ آتی ہو تو اللہُ الحقُ المبین پڑھیں
- ❁ اگر چھوٹی چھوٹی باتوں پر دل گھبرا جاتا ہو تو اللہُ المتینُ الباری پڑھیں
- ❁ اگر آپ میں خود اعتمادی کی کمی ہو تو اللہُ الوارثُ الوکیل پڑھیں
- ❁ اگر آپ میں قوت فیصلہ کی کمی ہو تو اللہُ الحکیمُ الحمید پڑھیں
- ❁ اگر ذہن میں گھر والوں کے خلاف خیالات آتے ہوں تو اللہُ السلامُ المومن پڑھیں
- ❁ بلاوجہ گھبراہٹ اور انجانے خوف کے لئے اللہُ النورُ الحق پڑھیں

روحانی مسائل

- ❁ آپ سے لوگ حسد کرتے ہوں اور ترقی کی راہ میں رکاوٹ ڈالتے ہوں تو اللہُ الحقُ القوی پڑھیں
- ❁ اگر عبادت میں دل نہ لگتا ہو تو اللہُ الواحدُ الصمد پڑھیں
- ❁ اگر ارد گرد کسی انجانی طاقت کے ہونے کا احساس ہو تو اللہُ القادرُ الکریم پڑھیں
- ❁ اپنی روحانی طاقتوں کو بیدار کرنے کے لئے اللہُ الاولُ الآخر پڑھیں
- ❁ جادو ٹونے کے وہم سے بچنے کے لئے اللہُ الصبورُ السمیع پڑھیں
- ❁ کسی کو اپنے بس میں کرنے کے لئے اللہُ السمیعُ العلیم پڑھیں

برج سرطان کے زیر اثر پیدا ہونے والوں کا حرف

ح

ستارہ: قمر موافق رنگ: سفید، روپہلی، نیلا، سبز موافق پتھر: موتی، حجر القمر موافق دھات: ٹن، سیماب عددی قیمت: 8

نام	اعداد	معانی
حامد	53	تعریف کرنے والا، حمد کرنے والا، ستائش کرنے والا۔
حازم	56	ہوشیار، محتاط، دور اندیش۔
حاشر	509	رسول اکرم ﷺ کا ایک وصفی نام، جمع کرنے والا، اکٹھا کرنے والا۔
حادی	23	گیت گا کر اونٹ کو چلانے والا، خدی خوان۔
حارث	709	شہر، کھیتی باڑی کرنے والا، کسان۔
حاذق	809	ماہر طبیب، ماہر فن، ماہر حکیم، زیرک، دانا۔
حرمت	648	عظمت، آبرو، عزیز ہونا، عزت۔
حدیقہ	127	باغ، پھولوں کا باغ جو احاطہ کے اندر ہو یا چار دیواری کے اندر ہو۔
حذیفہ	803	ایک صحابیؓ کا نام، چمڑے کا تراشا، کنارہ کشی۔
حبیبہ	27	حبیب کی تانیث، محبوب خاتون، محبوبہ، رفیقہ۔
حسام	109	تلوار، شمشیر۔
حسیب	80	کافی، بزرگوار، بدلہ لینے والا، حساب کرنے والا۔
حفصہ	183	حضرت عمر فاروقؓ کی بیٹی، شیرنی، شیر کی بچی۔

نام	اعداد	معانی
حافظ	898	حفاظت کرنے والا، نگہبان، محافظ۔
حلیم	88	متحمل، بردبار، حکم والا۔
حمزہ	60	رسول اکرم ﷺ کے ایک چچا کا نام، شیر، شجاع، بہادر۔
حنان	109	رحم کرنے والا، بخشنے والا۔
حیات	419	زیست، جینا، زندگی۔
حمیرا	259	حضرت عائشہؓ کا لقب، گوری چٹی، سرخ رنگت۔
حریم	258	چار دیواری، مکان، گھر، احاطہ۔
حسینہ	133	خوبصورت عورت، حسین کی تانیث۔
حنان	109	اللہ تعالیٰ کا صفاتی نام، رحم کرنے والا، بخشنے والا۔
حوریہ	229	حور، حور جیسی حسین، خوبصورت۔
حمزہ	60	شیر، نڈر، دلیر، بہادر۔
حمیذ	65	تیز فہم، ذہین، ذکی، فراست والا۔
حارث	709	کاشتکار، کسان۔

پیاری باتیں

☆ایسا شخص جو دوسروں کی برائی آپ بیان کرتا ہے وہ یقیناً آپ کی برائی بھی بیان کرے گا۔

☆نیکی کے بدلے نیکی کرنا تو نیکی کا حق ادا کرنا ہے اصل نیکی وہ ہے جو بدی کے جواب میں کی جائے۔

☆گناہ تاریکی یا بیماری ہے اور اس کا چراغ توبہ واستغفار ہے' قبر اندھیرے و پریشانی کا گھر ہے اور اس کا چراغ نماز وتلاوت قرآن مجید ہے' قیامت تاریکی ہے اور اس کا چراغ عمل صالح ہے۔

☆نماز میں قلب کی' غضب وغصہ میں ہاتھ کی اور دستر خوان پر شکم (پیٹ) کی حفاظت کرنی چاہئے۔

☆انسان ہمیشہ اپنی برائیوں وکوتاہیوں (گناہوں) پر نظر رکھے اور دوسروں کی اچھائیوں ونیکیوں کو دیکھے۔

☆کسی کے آگے جھکنے سے بہتر ہے کہ اپنے حقیقی مالک (اللہ تعالیٰ) کے آگے سر جھکائے جو ہر انسان کی ضرورت پوری کرتا ہے۔

☆ہر ایک بات جو ذکر سے خالی ہو لغو ہے' ہر ایک خاموشی جو غور وفکر سے خالی ہو سہو ہے اور ہر ایک نظر جو عبرت سے خالی ہو لہو ہے۔

(حاجی اسماعیل......سکھر)

☆قوت علم یہ کہ آج کا کام کل پر نہ اٹھا رکھو۔(حضرت عمر فاروقؓ)

☆علم سے محبت کرنا دانش سے محبت کرنا ہے۔(افلاطون)

☆انسان کی بہترین خصلت علم ہے۔(بوعلی سینا)

☆علم حاصل کرنے کے لئے خود کو شمع کی طرح پگھلاؤ۔(شیخ سعدیؒ)

☆جہاں تک ہو سکے علم حاصل کرو تا کہ مراد کو پہنچو۔(جالینوس)

☆علم ایسا خزانہ ہے جسے کوئی چور چرا نہیں سکتا۔(دیو جانس کلبی)

☆خواہشات کی یلغار انسان کو کمزور بنا دیتی ہے۔(ارسطو)

☆آپ سیکھنا چاہیں تو آپ کی ہر غلطی آپ کو سبق دیتی ہے۔(ارسطو)

☆دنیا میں کئی عجوبے ہیں لیکن انسان سے بڑھ کر کوئی عجوبہ نہیں ہے۔(سوفوکلس)

☆خاموشی دل کے سکون اور روح کے لئے وہی درجہ رکھتی ہے جو جسم کیلئے نیند۔(ڈبلیو پلین)

☆جہاں صداقت نظر آئے وہاں دوستی کا ہاتھ بڑھاؤ ورنہ تنہائی تمہاری بہترین ساتھی ہے۔

☆بدطینت وہ ہے جو لوگوں کی برائیاں تو ظاہر کرے مگر نیکیاں چھپائے۔(افلاطون)

(ہما قیصر...... سرگودھا)

☆دنیا کے رنج وغم سے دل میں تاریکی پیدا ہوتی ہے اور آخرت کے خوف سے دل میں نور پیدا ہوتا ہے۔

☆سب سے زیادہ بربادی یہ ہے کہ کسی کو بڑی عمر ملے اور وہ سفر آخرت کی کچھ تیاری نہ کرے۔

☆دنیا جس کے لئے قید خانہ ہو' قبر اس کے لئے راحت ہوگی۔

☆تعجب ہے اس پر جو اللہ کو حق جانتا ہے اور غیروں کا ذکر کرتا ہے اور ان پر بھروسہ کرتا ہے۔

(سائرہ انیس...... کراچی)

☆سچائی ایک ایسی دوا ہے جس کی لذت کڑوی اور تاثیر شہد سے بھی میٹھی ہے۔

☆محبت روح کا وہ گلاب جو گناہ کی دھوپ سے مرجھا جاتا ہے۔

☆امن چاہتے ہو تو کان اور آنکھ استعمال کرو مگر زبان بند رکھو۔

☆گناہ ناسور ہے جو ترک نہ کرنے سے بڑھتا ہے۔

☆موت کو ہمیشہ یاد رکھو مگر موت کی آرزو کبھی نہ کرو۔

☆مسلمانوں کیلئے جائے پناہ صرف قرآن پاک ہے۔

☆گالی کا جواب نہ دو کیونکہ کبوتر کوئے کی بولی نہیں بول سکتا۔

(عبدالرزاق......اسلام آباد)

☆قبرستان میں ہنسنے سے پرہیز کرنا چاہئے کیوں کہ قبرستان ہنسی کی جگہ نہیں عبرت کا مقام ہے۔

☆گناہ تمہیں اتنا نقصان نہیں پہنچاتا جتنا کہ کسی مسلمان بھائی کو ذلیل اور بے عزت کرنا۔

(محمد ابراہیم...... لاہور)

کفایت شعاری

سے آپ اپنے گھر کو سوئیٹ ہوم بنا سکتے ہیں

کیا آپ کامیاب زندگی گزارنے اور زندگی سے لطف اندوز ہونا چاہتے ہیں۔ یقیناً آپ کی خواہش ہوگی اور آپ ہی کی نہیں دنیا کے ہر شخص کی یہ آرزو ہوتی ہے کہ وہ ایک اطمینان بخش زندگی گزارے۔ زندگی بسر کرنا ایک فن ہے۔ زندگی مسلسل جدو جہد اور پیہم حرکت سے عبارت ہے، معاشی مسئلہ زندگی کا ایک بنیادی مسئلہ ہے۔

گھر یا خاندان معاشرتی زندگی میں ایک بنیادی اکائی کی حیثیت رکھتا ہے۔ گھریلو زندگی کو خوشگوار اور جاذب نظر بنانے کے لئے گھر کا اقتصادی استحکام بڑا ضروری ہے۔ ہماری زندگی کی تشکیل اور ترتیب میں گھر یا کنبے کو بنیادی پتھر کی حیثیت حاصل ہے کہ اس پر ہمارے کردار، شخصیت اور رویہ کی عمارت استوار ہوتی ہے، گھر معاشرتی تربیت گاہ ہے۔ اگر گھر کا ماحول خوشگوار اور اطمینان بخش ہو تو انسان باہر کی دنیا میں اطمینان اور اعتماد کے ساتھ داخل ہوگا۔

دولت کمانے اور خرچ کرنے کے لئے ہے جو اس سے نفرت کرتے ہیں وہ بے وقوف ہیں اور جو کما کر کام میں نہیں لاتے بخیل اور بد بخت ہیں۔ دولت کو جمع کر کے چھوڑ جانے والا دنیا سے حسرت کے ساتھ جاتا ہے۔ جس طرح زمین کے سب گڑھے پانی سے بھر جاتے ہیں اسی طرح دولت سے انسان کے سب عیب ڈھک جاتے ہیں سارے مقصد پورے اور سب مسائل حل ہو جاتے ہیں۔ مثل مشہور ہے کہ خالی تھیلا سیدھا کھڑا نہیں ہوسکتا۔

☆ انسان کی قدر علم سے ہے اور علم کی قدر مال سے ہے۔

☆ گرداب مصائب سے دولت کی کشتی میں ہی بیٹھ کر پار اترا جاسکتا ہے۔

☆ چاندی کی کیل لوہے کے دروازے میں سوراخ کرتی ہے۔

☆ دولت مند آدمی اپنے آپ کو بھول جاتا ہے اور دولت نہ ہونے سے لوگ اس کو بھول جاتے ہیں۔

☆ جس انسان کے پیٹ میں روٹی، تن پر کپڑا اور رہنے کو مکان نہیں اس سے روحانی، دماغی اور علمی ترقی کی امید رکھنا بیکار ہے۔

☆ دنیا میں کسی بھی خوبی کی قدر دولت سے زیادہ نہیں ہوتی، دولت اہمیت سے انکار نہیں کیا جاسکتا مگر اسے حاصل کرنا بھی آسان نہیں ہے۔

ہم آج جس دور سے گزر رہے ہیں وہ افادیت پسندی کا دور ہے، ہمیں ہر بات کو مادی رنگ میں سوچنا پڑتا ہے سب سے پہلا سوال ذہن میں آتا ہے کہ اس سے فائدہ کیا ہوگا۔ ہر فعل کو افادیت پسندی کے ترازو پر تولا جاتا ہے، حرص بڑھے گی تو آپ کی ہمدردی کے جذبات مردہ ہوتے جائیں گے کبھی آپ نے عوام کی حالت کا اندازہ لگایا ہے۔ ان کے مقدر میں کتنا دکھ لکھا ہے، مادی دولت میں سے گویا ان کے لئے کچھ بھی نہیں ان کے رہنے سہنے کے مکانات دیکھو تو اتنے گندے کہ ان کا تصور بھی روح کو پژمردہ کر دیتا ہے۔ وہ رات دن کام کرتے ہیں اس کے باوجود ان کو پیٹ بھر کر دو وقت کا کھانا میسر نہیں آتا۔ وہ اس تنگ دستی میں اپنا پیٹ کاٹتے ہیں تب کہیں ان کی اولاد پلتی ہے۔ اولاد جس کے لئے امیروں کے ہاں شادیانے بجتے ہیں، غریب کے لئے ایک نئی مصیبت بن جاتی ہے۔ ان کے دکھوں میں اور اضافہ ہو جاتا ہے۔ وہ ایک گندی جھونپڑی میں پیدا ہوتا ہے بھوک اور افلاس اس کے بچپن کے ساتھی ہوتے ہیں۔ بھوک، افلاس اور مصائب، جرائم کیا یہ زندگی کی دلفریبی ہے؟ تاریخ ایسی ہزاروں مثالوں سے بھری پڑی ہے جو اس امر کے ثبوت میں پیش کی جاسکتی ہیں کہ بعض باہمت اور مستقل مزاج لوگوں نے کیونکر اپنی قسمت کا پانسا پلٹ دیا۔ غربت اور افلاس کو امارت اور تونگری میں بدل دیا۔ بعض ساری زندگی بے اعتدالی اور بے قاعدگی میں گزار دیتے ہیں اور بعض لوگ معاشرے میں ایک وضع ایک قاعدہ سے زندگی بسر کرتے ہیں۔

اگر آپ کو سماج میں باعزت، پُرمسرت اور کارآمد فرد کے طور پر رہنا ہے تو اپنی مدد آپ کیجئے اپنا مقام آپ پیدا کیجئے، اپنا مستقبل آپ تعمیر کیجئے، آپ اپنی جان کے مالک نہیں، اپنی قسمت کے بنانے والے ہیں۔ بڑھتی ہوئی آبادی یا محدود فی کس آمدنی، ترقی پذیر معیشت، بگڑتے ہوئے تمدنی اور سماجی حالات، مجبوری اور مہنگائی، بڑھتی ہوئی گرانی، اشیاء کی مصنوعی کمی اور دیگر مسائل وعناصر کو مدنظر رکھتے ہوئے زندگی، بچت، سرمایہ کاری اور گھریلو بجٹ کے مطابق گزارنا ہوگی اگر گھر کی آمدنی اور خرچ متوازن رہیں تو کوئی وجہ نہیں کہ مالی پریشانی کا سامنا ہو گویا گھر والے چادر دیکھ کر پاؤں پھیلائیں۔

ایک کنبے کے افراد باہم تعاون اور محبت سے رہتے ہیں کفایت شعار اور خوش حال ہیں اس کے برعکس دوسرا

> گھر کے سب افراد محنتی، سنجیدہ اور دور اندیش ہوں تو باہمی تعاون سے گھریلو فضا کو واقعی سوئیٹ ہوم بنا سکتے ہیں

کنبہ اپنی فضول خرچی کی وجہ سے پریشان ہے۔ بدقسمت کنبے کی فضول خرچی اور بے احتیاطی نے گھریلو فضا کو تلخ کر رکھا ہے۔ میاں بیوی ذرا ذرا سی بات پر لڑتے ہیں اور بچوں کو جھڑکتے ہیں' آخر ایسا کیوں ہے؟

ایک سی آمدنی اور سائز کے لوگ بالکل مختلف اور متضاد حالات میں زندگی گزار رہے ہیں گھر بذات خود ایک چھوٹی سی دنیا ہے چاہے جھونپڑی ہو یا کوٹھی' بجٹ اور سلیقے کی کمی کی وجہ سے' بیوی بچوں کی ناقص تربیت کی وجہ سے' فضول خرچی کی وجہ سے خراب ہے' گھر جنت کا نمونہ ہوسکتا ہے اور دوزخ کا بھی۔ گھر میں جملہ آسائشیں ہونی چاہئیں۔ آسائش کے لئے زیادہ دولت کی ضرورت نہیں ہوتی لیکن مفلسی و قلاشی بھی آسائش کو برباد کردیتی ہے۔ بیوی سلیقہ شعار یا خدمت گزار' خوش اخلاق اور کفایت شعار ہے تو رفتہ رفتہ اپنے گھر کو جنت بنا سکتی ہے۔ گھر کے سب افراد محنتی' سنجیدہ اور دور اندیش ہیں تو باہمی تعاون سے گھریلو فضا کو واقعی سوئیٹ ہوم بنا سکتے ہیں۔

دولت کمانے کے لئے محنت اور عقل کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہر شخص کچھ نہ کچھ فراست ضرور رکھتا ہے لیکن ہر شخص اس سے کام لینا نہیں جانتا ہے۔ دولت کی زندگی میں بہت اہمیت ہے۔ خرچ کا حساب رکھیں' اپنے خرچ کا معمولی سے معمولی حساب رکھنا یہ عظیم تعلیم و تربیت سے ہی ممکن ہے اور تمام تر کامیابیوں کی کنجی بچت ہی ہے۔ اپنی آمدنی کے مطابق خرچ کرنا چاہئے اس کے لئے علم ریاضی ضروری ہے جو آمدنی سے بڑھ کر خرچ کرتا ہے ہمیشہ تنگ دست رہتا ہے۔ کفایت شعاری دراصل ایک ذہنی کیفیت کا نام ہے جس کے ذریعہ ہم زندگی کی تکمیل کے امکانات کو جانچ سکتے ہیں۔ حال کو نہ بھول کر مستقبل کی فکر اور اس کو اچھا بنانے کے لئے کچھ کرنا کفایت شعاری ہے۔ کفایت شعاری محض روپے پیسے کے معاملہ میں ہی نہیں ہوتی بلکہ وقت' صحت' قابلیت اور ذرائع میں بھی ہوسکتی ہے۔

اپنی آمدنی کا کچھ حصہ ضرور پس انداز کرنے کی کوشش کریں۔ اس سے آپ کو آئندہ زندگی میں سہولت ہوگی

> کفایت شعاری دراصل ایک ذہنی کیفیت کا نام ہے
> جس کے ذریعہ ہم زندگی کی تکمیل کے امکانات کو جانچ سکتے ہیں

مستقبل کا اندازہ آپ کو اسی عادت سے ہوتا رہے گا ایک پیسہ ایک ایک لمحہ جو بچالیا گیا وہ آپ کی قسمت کو بنادے گا آج یہ معمولی چیزیں ہیں مگر کل یہی آپ کا خزانہ ہوں گی۔ فارغ اوقات میں جز وقتی ملازمت کیجئے یا کسی گھریلو صنعت کو اختیار کرلیجئے' انسانی زندگی بیماری' بیکار' بیزاری' ذہنی وروحانی کرب' نفرت' غم وغصہ وغیرہ تکالیف و آلام سے قدم قدم پر دوچار رہتی ہے ایسے حالات میں ضروری ہوجاتا ہے کہ آپ کم از کم اپنے برے وقت کے لئے پس انداز کریں' بہترین کام میانہ روی ہے۔ ہمیں اپنے رہائشی معیار کو مقرر کرتے وقت انتہا پسندانہ رویے کے بجائے معتدل متوازن اور حقیقی رویئے کو اختیار کرنا چاہئے ورنہ مایوسی' پریشانی اور بدحالی بہت جلد ہماری زندگی کو لپیٹ میں لے لے گی۔

(مسز سلمٰی انعام......اسلام آباد)

J941130

ماہنامہ ''روشنی'' ان جگہوں سے دستیاب ہے

پنجاب

فیصل آباد

شمع بک اسٹال' بھوانہ بازار' فیصل آباد۔

رحیم یارخان

چوہدری امانت علی اینڈ سنز' رحیم یارخان۔ فون نمبر 0731-2626

سیالکوٹ

ماڈرن بک ڈپو' عزیز شہید روڈ' سیالکوٹ کینٹ' سیالکوٹ۔

فون نمبر: 0432-261184-266184

ملک اینڈ سنز' کمرشل بلڈنگ' ریلوے روڈ' سیالکوٹ۔

فون نمبر: 0432-588885/598189

راولپنڈی:

پنجاب نیوز ایجنسی' اخبار مارکیٹ' موتی پلازہ' مری روڈ' راولپنڈی۔

فون نمبر: 051-5506660

جہلم:

بٹ نیوز ایجنسی' تحصیل روڈ' جہلم۔

فون نمبر: 0541-623949

گجرات:

چوہدری نیوز ایجنسی' کوٹلہ ارب علی خان' ضلع گجرات۔

فون نمبر: 04330-576335

ٹوبہ ٹیک سنگھ:

حاجی تاج محمد اینڈ سنز نیوز ایجنسی' صدر بازار' ٹوبہ ٹیک سنگھ۔

فون نمبر: 0462-516139,514833

روح کی تلاش

ہماری ذات کے دو پہلو ہیں۔ ظاہری اور باطنی دوسرے اور صحیح تر لفظوں میں جسم اور روح، چشم ظاہر جو کچھ دیکھتی ہے ہم اس کو واحد حقیقت سمجھتے ہیں اسے زار ونزار جسم نظر آتے ہیں۔ ظاہری طمطراق شان وشوکت، حشمت اور عظمت ورفعت ہماری نظروں کو خیرہ اور ہماری فکر ونظر کو مرعوب کرتے رہتے ہیں۔

آج کے دور میں یہ انداز فکر روز بروز پختہ ہوتا جارہا ہے کہ ہم ظاہری طاقت اور قوت ہی کو سب کچھ سمجھنے لگے ہیں۔ لیکن آپ نے کبھی غور کیا اس انداز فکر کا نتیجہ کیا ہے، ہم بہ ظاہر توانا آسودہ اور خوش باش نظر آتے ہیں لیکن ہیں نہیں۔ آج کا انسان اندر سے بالکل ٹوٹ پھوٹ گیا ہے اسی لئے تو وہ خوش وخرم اور توانا نظر آنے کے ڈرامے رچاتا نظر آتا ہے۔ کہیں بے ہنگم موسیقی کا سہارا لیتا ہے کہیں توڑ پھوڑ اور مار دھاڑ کی نمائش کر کے اپنے قوی ہونے کی کوشش ناکام میں لگا نظر آتا ہے۔

ہم یہ بات یکسر فراموش کر بیٹھے ہیں کہ ہماری اپنی ایک اور حیثیت بھی ہے۔ ہم جسم ہی نہیں روح بھی رکھتے ہیں یہ وہی روح ہے کہ جس نے شکم مادر میں آپ کے قلب کو حرکت دی۔ ہماری توانائیاں صرف دست وبازو ہی میں پوشیدہ نہیں ہمارے قلب اور ہمارے ضمیر میں بھی پنہاں ہیں۔ جسم کی بالیدگی وتوانائی بے شک کار جہاں کے لئے ضروری اور احسن ہے لیکن اس سے کہیں زیادہ توانا اور قوی روح ہوتی ہے یہ کسی کے دبائے نہیں دبتی، تیر وتفنگ سے گھبراتی ہے، نہ جبر واستبداد کے آگے جھکتی ہے، اس کی کیفیت بالکل اس گنبد یا بند بوتل کی سی ہوتی ہے جسے پانی میں ڈبونے کی ہر کوشش ناکام ہوتی ہے۔ کتنے ہی جتن کیجئے۔ وہ اپنے آپ کو سطح آب سے اوپر لے آتی ہے۔ جس شخص کی روح توانا ہوتی ہے۔ وہ تلاطم ہائے دریا سے گھبراتا ہے نہ طاغوتی طاقتوں کے آگے سرنگوں ہوتا ہے۔ یہ روح فکر ہی کی ہے کہ انسان صرف اللہ تعالیٰ سے ڈرتا ہے اور اس کے بعد دنیا کی ہر طاقت کا باغی ہوجاتا ہے۔

اے جوان امروز! اپنی اس روحانی قوت کو تلاش کیجئے، محبت، ہمدردی، جرات بازار میں فروخت نہیں ہوتی۔ اس کی دکان تو آپ کی اپنی ذات ہے، برگزیدہ ہستیوں کے کردار اور ان کی تعلیمات میں ہے۔ ان کے کارناموں کو پڑھیے۔ بقول اقبال نو جوانوں کی روح بیدار ہوکر بالیدگی پاتی ہے تو ان میں عقابی توانائی کروٹیں لینے لگتی ہے اور پھر ان کو اپنی منزل آسمان میں نظر آنے لگتی ہے۔

عقابی روح جب بیدار ہوتی ہے جوانوں میں
نظر آتی ہے ان کو اپنی منزل آسمانوں میں

روح کی توانائی ذوق یقین بن کر معجزے دکھاتی ہے۔ کہیں اس سے غلامی کی زنجیریں کٹتی ہیں تو کہیں درۂ خیبر اُکھڑ جاتا ہے۔ کہیں محبت وانسان دوستی کی وہ اعلیٰ مثالیں قائم ہوتی ہیں کہ انہیں دیکھ کر گہری ٹھنڈک اور سکون وراحت کا احساس قوی حاصل ہوتا ہے۔ یہی وہ روح تازہ ہے کہ جو حریت فکر کا سامان کرتی ہے۔ یہی وہ روح ہے کہ جو آزادی کی قدر کا ہمہ دم درس دیتی رہتی ہے اور غلامی سے نفرت کا جذبہ جوان کرتی ہے۔

آج کا انسان اندر سے بالکل ٹوٹ پھوٹ گیا ہے اسی لئے تو وہ خوش وخرم اور توانا نظر آنے کے ڈرامے رچاتا نظر آتا ہے، کہیں بے ہنگم موسیقی کا سہارا لیتا ہے کہیں توڑ پھوڑ اور مار دھاڑ کی نمائش کر کے اپنے قوی ہونے کی کوشش ناکام میں لگا نظر آتا ہے

اے جوانان وطن! میری بات احتیاط سے سن لیجئے اور جستجو میں لگ کر اپنی روح کو تلاش کیجئے۔ اپنی عظیم ورفیع ذات کا کھوج لگایئے اور پھر اسے جھوٹے نظریات، سطحی مقاصد، نفرت وعداوت کے بوجھ سے آزاد کردیجئے آپ کی روح بند بوتل کی طرح سر اُبھارے گی۔ اپنی اس کوشش میں اللہ تعالیٰ سے مدد طلب کیجئے۔ آپ کی کوشش میں اس کا کرم بھی شامل ہوجائے گا اور آپ حیرت انگیز طور پر خود کو صحیح معنوں میں پرسکون وتوانا محسوس کریں گے محبت نفرت کی جگہ لے لے گی۔ کم ہمتی عزم وہمت سے زیر ہوجائے گی۔ ذہن کے بند دریچے کھل جائیں گے اور پھر اس میں محبت وخلوص کے جھونکے آنے لگیں گے۔ دنیا اور اہل دنیا کے بارے میں آپ کا نقطہ نظر یکسر بدل جائے گا آپ خود کو نفرتوں اور کدورتوں سے آزاد پائیں گے۔ ذات باری تعالیٰ سے آپ کا تعلق گہرا ہوتا چلا جائے گا۔ زندگی کی تاریکی اور نفرتوں کے کانٹوں اور عداوتوں سے شاہراہ زندگی روشن اور صاف ہوجائے گی۔ آپ کو اپنا پورا وجود روشن اور منور محسوس ہونے لگے گا۔ مثبت خیالات کے کرشمے رونما ہونے لگیں گے۔ وہ باتیں منکشف ہونے لگیں گی جن کا آپ کو پہلے کوئی علم نہیں تھا۔

روح کی دریافت اور خود آگہی آپ کو بے مثل توانائی سے سرشار کردے گی۔ مشکلات کے پہاڑ بے حقیقت ہوجائیں گے لیکن یہ اسی وقت ممکن ہے کہ جب آپ اپنے ذہن کے بند کواڑ کھولیں۔ اپنی اس ذات کو بھی دیکھیں گے جو آپ کے اندر بند ہے اور پھر اس میں اس ذات برحق کے وجود کو تسلیم کریں جو آپ سے بے حد قریب ہے۔ رگ گلو سے بھی قریب۔ اس کے ہوکر اپنی پوشیدہ روحانی توانائیوں کو بیدار کیجئے۔

(عاصمہ مراد...... کراچی)

RD0481

(آج کا مسئلہ)

بیٹے اور بیٹی میں تفریق

آج کل عموماً والدین کو بڑے فخر اور چاؤ سے یہ کہتے سُنا جاتا ہے کہ ہم لڑکے اور لڑکی میں کسی قسم کا فرق نہیں سمجھتے۔ ہمارا سلوک اور برتاؤ دونوں کے ساتھ یکساں ہے۔ اگر لڑکی کو اس کی فطرت کے خلاف لاڈ پیار اور لڑکوں جیسے سلوک کا مستحق گردانا جاتا ہے تو یہ فطرت کے خلاف بغاوت ہے اور اس بغاوت کے بد اثرات سے ایسے گھرانے محفوظ بھی نہیں۔ ایسے والدین معاشرے اور فطرت کے ساتھ مذاق کے مرتکب تو ہوتے ہی ہیں، اپنے لئے بھی کم مسائل کھڑے نہیں کرتے۔ بیٹی کو بیٹے جیسے سلوک اور برتاؤ کا مستحق سمجھنا کہاں تک جائز اور مناسب ہے اور معاشرے میں اس کا مقام کیا ہوتا ہے؟

یہ سب بڑی غور و فکر کی باتیں ہیں۔ لڑکوں جیسے سلوک اور برتاؤ کے ماحول میں پرورش پانے والی لڑکی کبھی کامیاب گھر ہستن، اچھی ماں، مثالی بیوی نہیں بن سکتی۔ مائیں اپنی بیٹیوں کے سامنے ہی اپنی ملنے جلنے والی خواتین سے بڑے فخریہ انداز میں کہتی ہیں اسے کچن کے نام سے ہی چڑ ہے۔ ضرورت پڑ جائے تو ایک کپ چائے بنا کر نہیں پلا سکتی یا انڈا آملیٹ تک نہیں بنا سکتی۔ اس طرح وہ دوسروں پر یہ رُعب ڈالنا چاہتی ہیں کہ وہ اپنی بیٹی سے گھر کا ذرا سا بھی کام نہیں کراتیں اور چائے نہ پلا سکنا کوئی بہت بڑی کوالیفکیشن ہے۔ وہ اس طرح کی عادتیں پروان چڑھتے دیکھ کر خوش ہوتیں ہیں اور فخر محسوس کرتی ہیں ایسی مائیں یہ کہتے بھی سُنی جاتی ہیں کہ بھئی ہم نے تو گھر اور کچن ہی میں کولہو کے بیل کی طرح گھومتے گھومتے زندگی ختم کردی، ہماری بیٹی کو یہ سب کچھ نہیں کرنا۔ اسے پڑھا لکھا کر اتنا قابل بنا دیں گے کہ کسی کی یہ محتاج ہی نہ رہے۔ اس طرح ان کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ لڑکی ملازمت اختیار کرے گی۔

لڑکی بھی بڑے جوش و خروش سے ان باتوں کی تائید کرتی ہے۔ مگر اس کے بی اے یا ایم اے تک پہنچتے پہنچتے ۸۰ فیصد مائیں نا امیدی کا شکار ہونا شروع ہو جاتی ہیں کہ بیٹی کو ٹیچر، لیکچرار، ڈاکٹر بننے کے بجائے گھر بسانے سے دلچسپی ہوگئی ہے۔ مائیں تو اپنا خواب پورا نہ ہو سکنے کی بناء پر صرف نا امیدی کا شکار ہوتی ہیں جبکہ لڑکیاں مستقل درد سر کی صورت اختیار کرلیتی ہیں، شادی ہوجانے اور سسرال جانے پر جب دوسروں کو یہ علم ہوتا ہے کہ لڑکی صرف لڑکی ہے اُسے امورِ خانہ داری سے ذرا بھی واقفیت نہیں۔ وقت پڑنے پر خود آملیٹ بنا کر اپنا پیٹ بھی نہیں بھر سکتی۔ شوہر کی بات ماننے میں اپنی ہتک محسوس کرتی ہے تو وہ ذہنی تناؤ کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ادھر لڑکی اس سوچ میں اپنے آپ کو ہلکان کرتی ہے کہ یہی سب کرنا تھا تو اس قدر تعلیم کا کیا فائدہ۔ یہ سب تو میری جاہل ماں بھی کرلیتی ہے مجھ میں اور اس میں کیا فرق رہا؟

اب اگر وہ شرما شرمی کام کاج میں حصہ لیتی بھی ہے تو عدم شوق و دلچسپی کی بناء پر اس میں کوئی نہ کوئی خامی رہ جاتی ہے، جو تنقید کا دروازہ کھول دیتی ہے۔ حقیقتاً بیٹی کو بیٹا سمجھنا اور لڑکوں جیسی تربیت دینا قطعی غلط نظریہ ہے۔ اس نظریہ کے تحت یہ تو ٹھیک ہے کہ لڑکی کو ترقی کرنے کے اتنے ہی مواقع حاصل ہوں، جتنے لڑکے کو حاصل ہیں مگر اس کے ساتھ اسے اُمورِ خانہ داری کی رغبت بھی دلائی جائے۔ کھانا پکانا، سلائی، بُنائی، کڑھائی، کپڑے دھونا، استری کرنے میں دلچسپی لینا سکھانا چاہئے۔ چھوٹی بچی کے ہر کام کو سراہئے، اسے شاباشی دیکر تعریفی کلمات کے ذریعہ اس کا دل بڑھایئے اور عزیز رشتے داروں ملنے ملانے والی دوسری خواتین کے سامنے اس کے گھریلو امور میں دلچسپی کا تذکرہ کیجئے وہ جو چیز اچھی بناتی ہے اس کی تعریف کریں۔ جس میں کوئی کمی یا نقص رہ گیا ہے اس کی اصلاح کریں۔ اس طرح تعلیم کے ساتھ ساتھ گھریلو تربیت اسے وقت پڑنے پر شرمندگی اور چڑچڑاہٹ کا شکار نہ ہونے دے گی۔ جو مائیں اپنا کام آیا سے کراتی ہیں ان کی بیٹیاں بھی امور خانہ داری کے سبجیکٹ سے دلچسپی نہیں لیتیں۔ بلاشبہ آپ آیا سے کام کرائیں مگر ساری ذمہ داری ان ہی کو نہ سونپ دیں۔ خود نگرانی کریں اور اپنے سپر ویژن میں ان سے کام کرائیں تو لڑکی کو بھی سیکھنے میں مدد ملے گی۔ لاڈ پیار کے نام پر بچی کو فطرت کے خلاف چلانا اس کے ساتھ دوستی نہیں، دشمنی کے مترادف ہے۔ بیٹی کو بیٹے کی طرح ضرور چاہیں مگر اس نظریہ میں اتنی لچک ضرور رکھیں کہ جب اسے اپنا گھر سنبھالنا ہو تو وہ کسی قسم کی دشواری یا ہتک محسوس نہ کرے۔ نظریہ میں اس لچک سے خود والدین کو بھی بڑی مدد ملے گی۔ اکثر گھرانوں میں بی اے۔ ایم اے پاس لڑکیوں کی موجودگی میں گھر کا سارا بوجھ ماں کے کاندھوں پر دیکھ کر حیرت و افسوس کا ملا جلا احساس ہوتا ہے وہ اپنے کپڑے تک ماں سے دھلوائیں گی، پریس کروائیں گی جبکہ انہیں اپنا کام خود ہی کرنے کی تربیت ہو تو مائیں ایک طرف سے ہلکا پن محسوس کریں گی۔ برخلاف اس کے اکثر گھرانوں میں بڑی لڑکی کی موجودگی میں مائیں سارا کام اور گھرداری اس کو سونپ کر پُرسکون و مطمئن نظر آتی ہیں۔ ایسا ان ہی گھرانوں میں ہوگا جہاں لڑکی کو اس کی فطرت کے مطابق تعلیم و تربیت دی گئی ہو۔ بلاشبہ بحیثیت اولاد والدین کو لڑکی اور لڑکے کے درمیان فرق نہیں سمجھنا چاہئے مگر ایسا اندھا پیار بھی نہیں دینا چاہئے جس سے ان کا مستقبل متاثر ہوتا ہو۔ تعلیم کے ساتھ ساتھ اچھی تربیت بھی از بس ضروری ہے، تعلیم و تربیت کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ دونوں لازم و ملزم ہیں اور دونوں میں سے کسی کی بھی کمی ان کے مستقبل پر دور رس نتائج کی حامل ہے۔

(آصفہ علی......لاہور)

RD9008

سنگ ستارہ

CHRYSOPRASE

اس پتھر کو اُردو میں سنگ ستارہ اور انگریزی میں کرائسو پریس کہتے ہیں۔ یہ پتھر عقیق کی ایک قسم ہے رنگوں کے حساب سے یہ مختلف اقسام میں پایا جاتا ہے۔ پرانے زمانے میں اس پتھر سے سونے اور چاندی کی ڈبیوں کے خوب صورت اور نفیس ڈھکنے تیار ہوتے تھے۔

جائے پیدائش

اس پتھر کی سب سے اچھی اور نادر قسم جاپان میں پائی جاتی ہے اس کے علاوہ روس، برازیل، بھارت اور سری لنکا میں بھی پایا جاتا ہے۔

اقسام

سنگ ستارہ کی اقسام مندرجہ ذیل ہیں۔

۱۔ نیلا ۲۔ گہرا سبز ۳۔ سرخ ۴۔ زردی مائل بھورا ۵۔ سبزی مائل زرد ۶۔ زردی مائل سبز۔

شناخت

سنگ ستارہ بھورے رنگ کا خوشنما اور چمکیلا پتھر ہے۔ اس کی پہچان یہ ہے کہ اس میں انتہائی باریک ذرات روشن ستاروں کی مانند چمکتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں۔ اس کی شباہت عقیق سے ملتی جلتی ہے۔ دھوپ کی حدت اور گرمی کی وجہ سے اس کا رنگ اُڑ جاتا ہے زیادہ استعمال کرنے سے بھی اس کی رنگت خراب ہو کر زردی مائل ہو جاتی ہے۔

عیوب و نقائص

ماہرین جواہر اس میں درج ذیل عیوب بیان کرتے ہیں۔

۱۔ گدر......اس پتھر میں گہرے داغ ہوتے ہیں۔

۲۔ چیرا......یہ چٹخا ہوا پتھر ہوتا ہے جس کی وجہ سے اس میں شگاف پڑ جاتے ہیں۔

۳۔ چادر......اس پتھر میں ہر جگہ بے ترتیب دھاریاں ہوتی ہیں۔

سنگ ستارہ کے طلسمی کرشمے

☆ اس کے پہننے والا مصیبت اور آفت سے محفوظ رہتا ہے۔

☆ اسے برے خواب نظر نہیں آتے بچوں کے گلے میں ڈالنے سے بچہ جادو ٹونے اور بری نظر سے محفوظ رہتا ہے۔

☆ عورت کے بالوں میں باندھ دیا جائے تو دردِ زہ میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔

☆ دشمن کے مقابلے میں دلیر کرتا ہے۔

سنگ ستارہ کے طبی کرشمے

☆ بلغمی امراض کے لئے فائدہ مند ہے۔

☆ دل و دماغ کو قوت دیتا ہے، دل کو فرحت اور راحت بخشتا ہے

☆ دانتوں کی بیماریوں کے لیے بہترین دوا ہے پائیوریا اور دانتوں سے خون بہنے کے مرض میں فائدہ دیتا ہے دانتوں کو مضبوط اور چمک دار بناتا ہے۔

☆ بگڑے ہوئے زخموں پر لگانے سے شفا دیتا ہے۔

☆ کالی کھانسی میں اس کا استعمال فائدہ دیتا ہے۔

روشنی
۳۵۰ ملی لیٹر
روشنی
عرقِ ہاضم
روشنی دواخانہ' CA-27' چاندنی چوک' اسٹیڈیم روڈ'
کراچی۔فون: 4923667
غذا
سے
غذائیت تک
پیٹ درست
آپ تندرست
حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

طبیب جسمانی، ذہنی و روحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

برائیوں سے دور رہیں مشکلات رفع ہو جائیں گی

اللہ تعالیٰ نے اس دنیا کو عالم وجود میں لاکر انسان کو پیدا کیا تاکہ اپنی سوچ کے ساتھ انسان اس دنیا میں خدا کا نام بلند رکھے لیکن شیطان کو یہ بات پسند نہیں آئی کیونکہ شیطان کو یہ گھمنڈ تھا کہ وہ جنات ہے اور اس کی پیدائش آگ سے ہوئی ہے' آگ میں جلال ہے، ہر چیز کو جلا دینے کی قوت ہے' آگ ہر چیز کا وجود بھسم کر دیتی ہے آگ سے ہر چیز خوفزدہ ہے۔ جب کہ انسان کا وجود مٹی سے بنا ہے جس میں نرمی ہے، لچک ہے، انکساری ہے، ہر اچھی بری چیز کو اپنے اندر جذب کرنے کی عادت اور صلاحیت ہے لیکن خداوند قدوس وذوالجلال نے اپنے نور سے اس خاک کے پتلے کو علم کی عظمت عطا کی اور پھر اسے زمین پر اپنا نائب بنایا اور پوری کائنات کے لئے فخر اور برکت انسان کے دم سے پیدا ہوئی، اسی لئے شیطان انسان کا ازلی دشمن بن گیا۔

اللہ تعالیٰ کی نظر میں انسان کی حیثیت اور اس کے مرتبے کو گرانے کے لئے شیطان نے اسے مختلف برائیوں میں ڈالنا شروع کیا اور ان میں سے عام برائیاں یہ ہیں۔

انسان تکبر میں مبتلا ہو جاتا ہے' انسان یہ بھول جاتا ہے کہ اس کا وجود فانی ہے' دولت' طاقت' حسن' جوانی' اولاد' عقل' سوچ' فکر' جوش ولولے' ٹھاٹ باٹھ ہر چیز کا وجود چند لمحوں کا ہے۔ انسان کو یہ خیال نہیں ہوتا کہ اس سے زیادہ مالدار' خوبصورت' طاقتور لوگ بھی اس دنیا میں آئے کچھ عرصہ اپنی شان بنا کر پھر ختم ہو گئے اور ایسے گئے کہ اب ان کا نام لینے والا بھی کوئی نہیں۔ لیکن انسان ان تمام باتوں کو بھول کر اپنی ذات میں اور اپنے ماحول میں اتنا گم ہو جاتا ہے کہ خوف خدا اس سے دور ہو جاتا ہے اور وہ تمام دنیا کو اپنے سے کم تر سمجھنے لگتا ہے۔ یہ شیطان کا انسان پر زبردست وار ہے کیونکہ اپنے آپ میں گم ہو کر غرور اور تکبر کی وجہ سے جو کام انسان شروع کرتا ہے اس کا آغاز بیوقوفی سے ہوتا ہے اور انجام ندامت اور بے چارگی پر ہوتا ہے۔

اس غرور اور تکبر کی وجہ سے انسان دوسرے انسانوں کو اپنے سے کم سمجھنے لگتا ہے اور اسی لئے وہ بیوقوف بن کر دوسرے انسانوں پر ظلم شروع کر دیتا ہے۔ ان کی توہین اور بے عزتی کرتا ہے وہ یہ نہیں سوچتا کہ جس شخص کی وہ بے عزتی کر رہا ہے وہ بھی انسان ہے اور اس کی بھی روح ہے، اس کے بھی جذبات ہیں اور وہ غریب شخص اپنی توہین صرف اس لئے برداشت کر رہا ہے کہ اس کی صلاحیتوں اور محنت کا پھل نہیں مل سکا۔ اس میں اس کی قسمت کا قصور ہے مگر مغرور انسان اپنے تکبر کی وجہ سے دوسرے انسان کے دل کو توڑتا ہے حالانکہ دل خدا کا گھر ہے اور جس نے دل توڑا اللہ تعالیٰ کی نظروں میں ذلیل وخوار ہوتا ہے۔

اسی تکبر کی وجہ سے انسان دوسروں کے مشوروں کو قبول نہیں کرتا اپنی من مانی کرتا ہے جس کی وجہ سے اسے نقصان اٹھانا پڑتا ہے اور اس نقصان سے وہ غمزدہ ہوتا ہے اور شیطان خوش ہوتا ہے کیونکہ جب انسان کوئی بیوقوفی کر کے نقصان اٹھاتا ہے تو یہ شیطان کی بڑی کامیابی ہوتی ہے۔ دراصل شیطان ہر انسان کے دل میں یہ گھمنڈ ڈال دیتا ہے کہ وہ دنیا کا سب سے عقلمند انسان ہے اس لئے وہ اپنی من مانی کر کے دوسروں کو کم عقل اور اپنے سے کم سمجھدار ثابت کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ حالانکہ انسان کے لئے حکم ہے اور اسی میں انسان کی بھلائی ہے کہ وہ دوسروں سے مشورہ کیا کرے اور دوسرے جو مشورہ دیں اس پر غور کر کے اپنے کام کے بارے میں کوئی فیصلہ کرے لیکن اپنے آپ پر بھروسہ کر کے غلط فیصلے کرنے سے انسان کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔

اسی تکبر اور غرور کی وجہ سے انسان لاپرواہ' کاہل اور سست ہو جاتا ہے۔ کئی لوگ روحانی علاج کرتے کرتے رک جاتے ہیں اور علاج ادھورا چھوڑ دیتے ہیں کہ ان کے ذہن میں اپنے ہی مسائل سے لاپرواہی آجاتی ہے اور خاص طور پر یہ لاپرواہی اس وقت بہت تکلیف دہ ہو جاتی ہے جب کام ہونے میں کچھ دیر باقی ہو اور ان آخری لمحات میں انسان اللہ کے ناموں کے وظیفے چھوڑ دیتا ہے۔ اسی طرح انسان کا کام ہوتے ہوتے رہ جاتا ہے۔ دراصل

انسان کی ایک کمزوری اس کا بے صبر پن بھی ہے، انسان بہت بے قرار ہوتا ہے وہ چاہتا ہے کہ ابھی کام شروع کروں اور ابھی اس کا نتیجہ نکل آئے۔ اس بے صبری کی وجہ سے وہ جلدی میں بہت سے ایسے کام کرنے لگتا ہے جو اسے غلط راستے پر لے جاتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کو دیکھا گیا ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کے نام اور کلام کے وظیفے کرتے کرتے بے صبر ہوکر دوسرے گندے علم میں پھنس جاتے ہیں اور یہ ہی انسان کی شکست اور شیطان کی فتح ہے۔ دراصل انسان کو پورا اعتماد اور بھروسے کے ساتھ کام شروع کرنا چاہئے اور نتیجہ اللہ پر چھوڑ کر پورے صبر اور اطمینان سے انتظار کرنا چاہئے۔ محنت میں کوئی کسر نہیں چھوڑنی چاہئے۔

اور جھوٹ بول کر فائدہ اٹھائے۔

ان برائیوں کی وجہ سے ہر طرح کے مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ جسم میں کاہلی سستی ہوتی ہے، بے چینی ہوتی ہے، رات کو نیند نہیں آتی اور ایسی بیماری جسم کو لگ جاتی ہے جس کے متعلق ڈاکٹر کہتے ہیں کہ یہ کوئی خاص بیماری نہیں ہے یا اس بیماری کا کوئی علاج نہیں ہے۔ انسان اندر ہی اندر گھلتا ہے دنیا جہاں کی نعمتیں اور آسائشیں اس کے پاس ہوتی ہیں لیکن ان سے لطف نہیں اٹھا سکتا، جسم خالی خالی لگتا ہے اور کوئی چیز پسند نہیں آتی۔

اسی طرح نفسیاتی طور پر بھی برے کام کرنے والے کا دل بے چین رہتا ہے کیونکہ ہر انسان اپنے اندر سے بہت

> **ہر انسان اپنے اندر سے بہت اچھا ہوتا ہے لیکن جب وہ**
> **کوئی برا کام کرتا ہے تو اس کا ضمیر اسے اندر سے ملامت کرتا ہے۔**
> **اس کا لاشعور اسے چین نہیں لینے دیتا**
> **اور وہ مختلف نفسیاتی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔**

شیطان کا انسان پر ایک اور خطرناک وار یہ ہے کہ انسان وسوسوں میں مبتلا ہو جاتا ہے اسے ہر چیز میں شک اور وہم ہوتا ہے۔ کسی چیز کو یقین کے ساتھ نہیں کرتا اور اسی طرح کامیابی سے دور رہتا ہے کیونکہ اصل کامیابی اس کو حاصل ہوتی ہے جس میں خود اعتمادی ہو اور وہ شخص جو احساس کمتری میں مبتلا ہوتا ہے اس کا ذہن کوئی فیصلہ نہیں کرسکتا اور وہ شش وپنج میں مبتلا رہتا ہے اور ناکام ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ شیطان انسان کو بے ایمانی پر مجبور کرتا ہے۔ انسان نہ چاہنے کے باوجود اپنے حالات اور سوسائٹی کی وجہ سے امانت میں خیانت کرتا ہے۔ اس طرح نہ صرف یہ کہ وہ دوسروں کی نظروں میں گر جاتا ہے بلکہ خود اپنی نظر میں بھی اس کی کوئی حیثیت نہیں رہتی مگر پھر بھی اس کا جی چاہتا ہے کہ کسی طرح بے ایمانی کر کے روپیہ کمائے

اچھا ہوتا ہے لیکن جب وہ کوئی برا کام کرتا ہے تو اس کا ضمیر اسے اندر سے ملامت کرتا ہے۔ اس کا لاشعور اسے چین نہیں لینے دیتا اور وہ مختلف نفسیاتی بیماریوں میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

جو شخص برے کام کرتا ہے اس پر جادو ٹونے کا اثر بھی جلدی ہوتا ہے۔ جو شخص سیدھا سادا ہوتا ہے اس پر جادو ٹونے کا اثر بالکل نہیں ہوتا اور اگر ہوتا ہے تو بہت ہلکا ہوتا ہے لیکن شیطان کے جال میں پھنس جانے والے کے اوپر جادو ٹونے کا زبردست اثر ہوتا ہے۔

اگر آپ بھی جادو ٹونے کے اثرات سے دور رہنا چاہتے ہیں تو برائیوں سے دور رہیں۔ خاص طور پر کسی اور کا دل نہ دکھائیں۔ کسی کو اپنے سے چھوٹا یا حقیر نہ سمجھیں۔ اگر آپ برائیوں سے بچنے کی کوشش کریں گے تو اللہ تعالیٰ آپ کا ساتھ دیں گے اور آپ میں بھی روحانی قوتیں پیدا ہو جائیں گی۔

آپ یہ عمل کریں کہ آرام سے زمین پر سیدھے سو جائیں زمین پر کمبل یا کوئی چیز بچھالیں تاکہ آپ کا جسم زمین سے لگنے نہ پائے۔ اس کے بعد جسم پر غور کریں کہ آپ کا جسم کا ہر حصہ آرام وسکون سے ہے دونوں پاؤں کے درمیان کچھ فاصلہ رکھیں اور دونوں ہاتھ جسم کے برابر میں اس طرح رکھیں کہ ہتھیلیاں چھت کی طرف ہوں۔ جب پورا جسم آرام سے ہو جائے تو پھر آنکھیں بند کرلیں۔ صرف آنکھیں بند ہوں اور جسم پر سکون ہو لیکن یہ خیال رکھیں کہ آپ کو نیند نہ آجائے آپ کا دماغ جاگتا رہے۔

پھر آپ اپنی سانس اندر کی طرف کھینچیں اور آہستہ آہستہ پڑھیں ''اللہ الرب الرب الرب'' اسی طرح سانس اندر کی طرف کھینچ کر رک جائیں۔ کم از کم تین سیکنڈ تک سانس روک کر رکھیں اور تین دفعہ ''اللہ الرب'' پڑھیں پھر سانس چھوڑ دیں آہستہ آہستہ سانس خارج کریں اور ''اللہ الرب الرب الرب'' ایسا تین بار پڑھیں اور پھر چپ چاپ خاموشی سے پڑے رہیں اور یہ تصور کریں کہ نیلے نیلے آسمان پر ''اللہ'' نور سے لکھا ہوا ہے اور روشنی کی طرح جگمگا رہا ہے اور اس میں سے نور کی ایک کرن یا ایک لہر نکل کر نیچے آپ کی طرف آرہی ہے اور پھر وہ لہر آپ کے جسم میں داخل ہو رہی ہے اس وقت اللہ سے دعا کریں کہ آپ سے کوئی غلطی ہوگئی ہو تو معاف کردے۔

اللہ سے گڑگڑا کر معافی مانگیں اور پھر جو بھی کیفیت آپ پر گزر رہی ہو اسے نوٹ کرلیں۔ اللہ سے دعا مانگتے رہیں اور اپنے گناہوں کی معافی مانگتے رہیں پھر اللہ کے نور کا تصور مت چھوڑیں اس بات کا خیال رکھیں کہ صرف اللہ ہی آپ کا مددگار اور آپ کے گناہوں کو معاف کرنے والا ہے۔

اگر آپ چاہیں تو اس سلسلے میں مجھے خط لکھ کر مزید تفصیلات معلوم کرسکتے ہیں یا فون نمبر 4923667 پر رابطہ کرسکتے ہیں۔

جسمانی بیماریوں کا روحانی علاج

جسم اور روح انسانی زندگی کی دو حقیقتیں ہیں۔انسانی جسم جہاں بیرونی دنیا سے انسان کا تعلق رکھتا ہے۔وہاں روح انسان کی اندرونی دنیا پر مبنی ہوتی ہے۔ان دونوں دنیاؤں یعنی انسان کی اندرونی اور بیرونی دنیا دونوں میں رابطے کا نام زندگی ہے۔یعنی ایک زندہ انسان دراصل جسم اور روح کے ملاپ کا نتیجہ ہے۔ایک تندرست انسان کے لئے تندرست جسم اور تندرست روح دونوں ضروری ہیں۔اگر دونوں میں سے کوئی ایک بھی بیمار ہو جائے تو دوسرے پر بھی اس کا اثر پڑتا ہے۔یعنی اگر روح بیمار (مثلاً خوف، جادو ٹونہ، نظر بد، وہم) ہو تو جسم بھی اس کے اثرات محسوس کرتا ہے اور اگر جسم میں بیماری پیدا ہو جائے (مثلاً کمر درد، ذیابیطس، بلڈ پریشر، ڈپریشن) تو انسانی روح بھی بے چینی محسوس کرتی ہے۔ایسی حالت میں اگر ایک کو دوسرے کے علاج کے لئے استعمال کیا جائے تو بہت اچھے اثرات سامنے آتے ہیں۔اور خاص طور پر جسمانی بیماریوں کے لئے جسمانی علاج (یعنی جسم پر علاج) کے ساتھ ساتھ اگر روحانی طور پر بھی امداد کی جائے یعنی روح کا استعمال کیا جائے تو شفا جلد اور بہتر طور پر حاصل ہو سکتی ہے۔یہی وجہ ہے کہ قدیم حکماء جسمانی مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج بھی تجویز کرتے ہیں۔

ہمارے ماہرین نے اس سلسلے میں مختلف جسمانی بیماریوں کے لئے روحانیت کا سہارا لیتے ہوئے مختلف روحانی اعمال اور علاج ترتیب دیئے ہیں۔جو کہ مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ استعمال کئے جا سکتے ہیں۔

ماہنامہ روشنی میں جسمانی بیماریوں کے لئے روحانی علاج کا سلسلہ شروع کیا گیا ہے اور ہر ماہ کسی ایک جسمانی بیماری کے لئے روحانی اعمال اور علاج شائع کئے جائیں گے۔

کمر درد کے لئے روحانی علاج

عام طور پر سرد یا گرم موسم میں ہوا لگنے سے کمر درد کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ایک دم سے درد کی لہر سی اٹھتی ہے اور سخت تکلیف محسوس ہوتی ہے۔بعض اوقات اس کا سبب سخت جسمانی محنت کرنا بھی ہوتا ہے اور بعض دفعہ زیادہ بوجھ اٹھانے سے بھی کمر درد کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔

کمر درد کے روحانی علاج کے لئے روزانہ رات سونے سے پہلے اور صبح سویرے ۱۲۱ بار "اللہُ الحکیمُ المالک" ہاتھوں پر دم کر کے کمر پر ہاتھ پھیریں۔اگر کوئی دوا لگا رہے ہوں تو اس پر ۱۱ بار "اللہُ الحکیمُ المالک" دم کر کے لگایا کریں۔مریض جب درد محسوس کرے تو "اللہُ الحکیمُ المالک" پڑھنا شروع کر دے۔

اس کے ساتھ ساتھ ایک پیلے رنگ کے کاغذ پر "اللہُ الحکیمُ المالک" لکھ کر مریض کے جیب میں رکھیں۔

اللہ تعالیٰ آپ کو شفاء نصیب فرمائے۔(آمین)

خواب میں خود کو بارش میں نہاتا ہوا دیکھنا صحت یاب ہونے کی اور خوشی ملنے کی علامت ہے۔ اللہ تعالیٰ کا شکر بجالائیں اور صدقہ دیں۔

(محمد انیس.....کراچی)

کسی مرحوم کو خواب میں پریشان دیکھنا اچھی علامت نہیں ہے۔ ان کی مغفرت کے لئے دعا کریں اور ان کے نام کی خیرات کریں۔ تا کہ ان کی روح کو تسکین ملے۔

(شاہدہ سہیل.....کراچی)

سواری کرنا کامیابی کی دلیل ہے۔ خدا کے فضل سے آپ کو کوئی بڑی کامیابی ملنے والی ہے۔ اللہ کی مدد سے آپ کو آپ کے مقاصد میں کامیابی ملے گی۔

(فرحت اشفاق.....حیدر آباد)

خواب میں کالی بھیڑ اور چھپکلی کا باری باری آپ پر حملہ دشمنی کی علامت ہے۔ اپنے اردگرد سے ہوشیار رہیں اور صدقہ اور خیرات کریں۔

(عماد سعید.....فیصل آباد)

آپ کا خواب آپ کے فراخ دل ہونے کی طرف اشارہ کرتا ہے اور کبوتر کو دیوار پر بیٹھا ہوا دیکھنا کسی دور دراز کے مہمان کے آنے کی علامت ہے۔

(راحت خان.....کراچی)

آپ نے اپنی امی کے بارے میں جو خواب دیکھا ہے اس سے پریشان مت ہوں کیونکہ کسی زندہ کو مردہ دیکھنے سے اس کی عمر میں اضافہ ہوتا ہے اور تندرستی ملتی ہے۔

(بشریٰ بانو.....جہلم)

آپ بحری راستے سے سفر کریں گے اور آپ کو خیر کثیر حاصل ہوگی اور اسی سفر میں یا کسی دوسرے سفر میں آپ کو حج اور عمرے کی سعادت نصیب ہوگی۔

(مریم جاوید.....لاہور)

خواب میں سرسبز باغ دیکھنا خوشخبری کی نوید ہے اور اللہ تعالیٰ کی نعمتوں کی طرف اشارہ ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اپنی نعمتوں اور برکتوں سے نوازیں گے۔

(شہناز وارثی.....لاہور)

خواب میں سانپ سے بھاگنا اور سانپ کا نقصان نہ دینا بہت اچھا خواب ہے۔ انشاء اللہ آپ کو بزرگی حاصل ہوگی۔ اور آپ کا دشمن آپ کو کسی قسم کی ایذا نہیں پہنچا سکے گا۔

(توصیف احمد.....کراچی)

آپ کی حالت اچھی ہوگی۔ مالی اعتبار سے نفع ہوگا۔ مگر کسی مردے کے پیچھے جانا آپ کی مختصر زندگی کی علامت ہے۔ توبہ استغفار کثرت سے کریں۔ اللہ کو کثرت سے یاد کریں۔

(نوشابہ حیدر.....اسلام آباد)

آپ کا خواب بہت ہی اچھا ہے۔ جو نیک مستقبل کی طرف اشارہ کرتا ہے۔ خواب میں چاول دیکھنا کثرت سے مال و دولت ملنے کی طرف اشارہ ہے۔ مال و دولت کے ساتھ آپ کو خیر و منفعت بھی حاصل ہوگی۔

(فائزہ قدوس.....ملتان)

آپ کے خواب سے ظاہر ہوتا ہے کہ آپ کسی مشکل میں پھنسنے والے ہیں ہر قدم سوچ سمجھ کر اٹھائیں اور اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں۔

(اشرف علی.....کراچی)

آپ فوراً صدقہ دیں۔ منہ کے دانتوں کا گرنا اپنے عزیزوں پر موت یا مصیبت واقع ہونے کی علامت ہوتی ہے۔ آپ توبہ استغفار کریں اور صدقہ دیں، صدقہ تمام مصیبتوں کا علاج ہے۔

(ثاقب نیازی.....سکھر)

قبر میں آپ کی دادی کی حالت بہت اچھی ہے۔ آپ ان کے لئے دعائے مغفرت فرمائیں اور ایصالِ ثواب کریں۔

(شاہینہ جمال.....کراچی)

آپ کو عزت و جلال عطا ہوگا اور دشمنوں پر فتح حاصل ہوگی۔ اگر آپ مالی تنگی کا شکار ہیں تو عنقریب فراوانی نصیب ہوگی اور ہر طرح کی خوشی اور شادمانی نصیب ہوگی۔

(فردوس الٰہی.....ملتان)

آپ کے خواب سے ظاہر ہوتا ہے کہ بہت جلد کوئی خوشخبری ملنے والی ہے۔ اگر شادی نہیں ہوئی تو جلد شادی ہو جائے گی۔ اور شوہر نامدار نیک اور خوش اخلاق ہوں گے۔ اگر شادی ہو چکی ہے تو یہ اوصاف اللہ تعالیٰ آپ کے بیٹے کو عطا فرمائیں گے۔

(حمیرا ناز.....کراچی)

ایسے تمام افراد جو خواب کی تعبیر جاننا چاہتے ہیں ان سے استدعا ہے کہ وہ مکمل تفصیل سے خواب لکھا کریں۔

ذہن پر زور دے کر ایک ایک جزیات لکھنے کی کوشش کریں تا کہ صحیح صحیح تعبیر بتائی جا سکے ساتھ ہی ساتھ وقت اور تاریخ خواب ضرور لکھیں ممکن ہو تو تاریخ پیدائش یا برج بھی لکھ دیں تا کہ صحیح حالات کا بھی تجزیہ کر لیا جائے۔

روشنی دواخانہ، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔

زندگی میں کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے تعویذ

زندگی کے مختلف شعبوں میں دفاتر میں، کاروبار میں، امتحانات میں یا زندگی میں کسی بھی آزمائش میں کامیابی کے لئے سخت محنت اور کوشش ضروری ہے۔ لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ سخت محنت اور جدوجہد کے باوجود کامیابی نہیں مل پاتی۔ اور اتنی کوششوں کے بعد کامیابی نہ ملنے پر انسان مایوس ہوجاتا ہے۔ ایسے میں انسان کو دنیاوی کوششوں کے ساتھ ساتھ روحانی مدد کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔

زندگی کے کسی بھی موڑ پر کامیابی حاصل کرنے کے لئے آپ مجوزہ تعویذ استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ تعویذ مختلف شعبہ ہائے زندگی خاص طور دفاتر میں کام کرنے والے خواتین وحضرات، کاروبار میں ناکام حضرات، امتحانات دینے والے طالب علموں کے لئے کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے بہت مفید ہے۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

تعویذ کو پانچ اگربتیوں کی دھونی دے کر کالے کپڑے میں سی کر کالے دھاگے کے ساتھ گلے میں ڈال لیں۔ اس عمل سے آپ کی کامیابی سوفیصد %100 یقینی ہے۔ اس کے ساتھ مندرجہ ذیل عمل بھی ضروری ہے۔ ورنہ کامیابی کے امکانات کم ہوجاتے ہیں۔

- اللہ تعالیٰ کی مہربانیوں پر پورا یقین رکھئے کیونکہ اللہ کے علاوہ کوئی مددگار نہیں اور نہ ہی کوئی حامی ہے نہ ناصر۔
- صرف تعویذ پر بھروسہ مت کریں۔ دل لگا کر محنت بھی کریں اور پھر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ محنت کا پھل دیں۔
- جب کوئی کام کرنے لگیں یا کچھ یاد کرنے کے لئے بیٹھیں۔ تو پہلے ۳۳ بار اللہُ العلیمُ الغفار پڑھ لیں۔
- رسالے میں شائع شدہ اصلی Original تعویذ استعمال کریں۔ اس کی نقل یا فوٹو کاپی کرنے کی کوشش نہ کریں۔
- جب خدا سے کامیابی کی دعا کریں تو گڑگڑا کر چپکے چپکے دل سے دعا کریں۔
- تعویذ گلے میں ڈالنے سے پہلے ۵ روپے کسی مسجد میں دے دیں۔ اس تعویذ کا کوئی ہدیہ۔ نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔
- تعویذ کی پشت پر دی گئی تفصیلات ضروری پُر کریں۔
- یہ تعویذ ۲۱ یوم تک پہنے رکھیں ۲۱ یوم بعد سمندر میں ٹھنڈا کردیں اور اگر مزید استفادہ کی ضرورت محسوس کریں تو اگلے ماہ کا تعویذ نئے شمارے سے حاصل کیجئے۔ انشااللہ ہزاروں لوگوں کی طرح آپ بھی فیض پائیں گے۔

تعویذ برائے زندگی میں کامیابی اور کامرانی

ث	ر	ا	و	ل	ا
ر	و	ص	م	ل	ا
ف	ط	ی	ل	ل	ا
ع	م	ا	ج	ل	ا

سیاہ حلقے
خواتین کے لئے
سم قاتل

آنکھیں کسی بھی شخصیت کا بجا طور پر آئینہ قرار دی جاسکتی ہیں

کسی بھی چہرہ کی خوبصورتی میں آنکھیں نمایاں کردار ادا کرتی ہیں آنکھوں کو متاثر کرنے والی کوئی بھی بات پوری شخصیت کی عکاس ہوتی ہے۔ آنکھیں کسی بھی شخصیت کا بجا طور پر آئینہ قرار دی جاسکتی ہیں۔ آپ کسی کی آنکھوں کی گہرائی میں دیکھ کر اس کے بارے میں بہت کچھ بیان کرسکتے ہیں۔ نہ صرف آنکھیں بلکہ آنکھوں کے اردگرد کی کھال بھی انتہائی حساس ہوتی ہے اور حقائق بیان کردیتی ہے۔

یہ کوئی حیرت انگیز بات نہیں کہ آپ کسی شخص کی آنکھوں کے گرد حلقے دیکھ کر اس کی عمر کے بارے میں صحیح اندازہ لگاسکتے ہیں جبکہ آنکھوں کے گرد حلقوں اور آنکھوں کے نیچے موجود سیاہ دھبے دیکھ کر اندازہ لگایا جاسکتا ہے کہ آدمی کسی قدر افسردگی و مایوسی کا شکار یا بیماری میں مبتلا ہے۔

سیاہ حلقے بہت سی خواتین کے لئے انتہائی تکلیف دہ اور سم قاتل ثابت ہوتے ہیں بہت سی خواتین داغ دھبے چھپانے والی کریم کو لازمی کاسمیٹک کے طور پر ہر جگہ اپنے ساتھ رکھتی ہیں۔ تاکہ بدنما نظر آنے والے سیاہ داغ دھبوں کو چھپایا جاسکے انہیں اس کا احساس بھی نہیں ہوتا کہ سیاہ حلقے چھپانے کے لئے کریم وغیرہ کے مستقل استعمال سے حقیقت میں آنکھوں کے نیچے نازک اور حساس جلد کو نقصان پہنچتا ہے۔

عقل سلیم کے مطابق زیادہ نیند اور الرجی کے علاج کے اقدامات بھی مفید ثابت ہوتے ہیں۔ بعض خواتین مختصر المعیاد ترکیبوں کے طور پر آنکھوں کے نیچے سیاہ حلقوں پر قابو پانے کے لئے ٹھنڈے کھیرے کے سلائس اور ٹھنڈی ٹی بیگ استعمال کرتی ہیں۔ جن سے سوجن میں بڑی حد تک کمی ہوجاتی ہے ان لوگوں کے لئے جن کی آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے' جلد کی رنگت اور روشنی کی وجہ سے پڑتے ہیں انہیں متاثرہ حصہ میں احتیاط سے استعمال کرنے سے فائدہ پہنچتا ہے۔ آنکھوں کے نیچے کی جلد چونکہ بہت حساس ہوتی ہے اس لئے صرف چند قدرتی اجزاء ہیں جنہیں محفوظ طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے اور جن کے مضر اثرات بھی نہیں ہوتے۔ آنکھوں کے نچلے حصے کی جلد چونکہ اس قدر حساس ہوتی ہے کہ صرف قلیل تعداد میں ایسے قدرتی اجزاء ہیں جو بحفاظت استعمال کئے جاسکتے ہیں اور جن کے استعمال کے بعد کوئی مضر اثرات بھی نہیں ہوتے۔

سب سے زیادہ استعمال بلاشبہ کھیرے کا ہے۔ ہلکے رنگ کے ٹھنڈے اور رس دار کھیرے کے گودے کا آمیزہ جب آنکھوں اور اس کے اردگرد جلد پر استعمال کیا جاتا ہے اور دس پندرہ منٹ آنکھیں موند کر خواب اور موسیقی سے لطف اندوز ہوا جائے تو یہ انتہائی پرسکون اور تروتازگی کا احساس پیدا کرتا ہے۔ کھیرے میں اچھی خاصی مقدار میں وٹامن اے اور ای شامل ہوتے ہیں۔ جو صحت خصوصاً جلد کیلئے بہت فائدہ مند ہیں۔ آنکھوں پر کھیرے کے گودے کا آمیزہ لگانے کے ساتھ آنکھوں پر کھیرے کے پتلے پتلے ٹکڑے رکھنا بھی انتہائی سکون بخش ہے۔

تاہم آپ کڑوے ایلوویرا کو اس طرح استعمال نہیں کرسکتے۔ ایلوویرا بھی سیاہ حلقوں سے نجات کیلئے مشہور ہے نہ صرف جلد کو نرم و ملائم کرتا ہے بلکہ آنکھوں کے نیچے سوجن کو بھی ختم کرتا ہے ایلوویرا کا ایک چمچہ گودا عرق گلاب میں ملا کر استعمال کیا جائے تو یہ ٹھنڈک کا احساس پیدا کرتا ہے اگر آپ ایلوویرا کے ایک ٹکڑے کو تھوڑی دیر ریفریجریٹر میں رکھنے کے بعد اس گودے کو چہرے پر استعمال کریں تو یہ نہ صرف سکون بخش ثابت ہوگا بلکہ سیاہ حلقوں میں بھی نمایاں کمی نظر آئے گی۔ تھوڑی دیر آرام دہ پوزیشن کے ساتھ آنکھیں موندلیں اور ان پر ایلوویرا کے گودے کا آمیزہ رکھیں اور دس منٹ تک آنکھیں بند رکھیں۔

☆ نیم کی پتیوں کا عرق ٹھنڈے پانی کے ساتھ آنکھوں کے اردگرد استعمال کریں یہ خشکی کو کم کرے گا اور بڑی حد تک سیاہ حلقوں کا بھی خاتمہ کرے گا۔

☆ آنکھوں کے پپوٹوں کو ٹھنڈے پانی کے چھپاکے مار کر دھوئیں' ٹھنڈے پانی میں اگر لیموں کے عرق کے چند قطرے شامل کرلئے جائیں جو جلد کی رنگت کو صاف کرتا ہے اسطرح سیاہ حلقوں کی شدت میں کمی آجائیگی۔

☆ سخت مشقت کا کام کرتے ہوئے' ٹی وی دیکھتے ہوئے اور زیادہ دیر تک کمپیوٹر پر کام کے دوران تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد 20 سیکنڈ کیلئے آنکھیں بند کرکے پرسکون

نیم کی پتیوں کا عرق ٹھنڈے پانی کے ساتھ
آنکھوں کے اردگرد استعمال کریں
یہ خشکی کو کم کرے گا اور بڑی حد تک
سیاہ حلقوں کا بھی خاتمہ کرے گا

ہوجائیں تاکہ آنکھوں کے نازک عضلات کو آرام مل سکے اس سے آنکھوں کے نیچے سوجن میں کمی ہونے میں بھی مدد ملے گی جس سے جلد کی رنگت بہتر بنانے اور سیاہ حلقوں پر قابو پانے میں بھی مدد ملے گی۔

☆ سورج کی تپش اور دھوپ سے بچنے کے لئے باہر جاتے ہوئے اچھی کوالٹی کے سن گلاسز استعمال کریں خصوصاً جب زیادہ دیر تک دھوپ میں باہر رہنا ہو کیونکہ آنکھوں کے ارد گرد جلد کو اور کوئی چیز اتنا نقصان نہیں پہنچاتی جتنا سخت اور تیز دھوپ پہنچاتی ہے۔

☆ ایلو ویرا، نیم، کینو اور کھوپرے وغیرہ جیسے قدرتی اجزاء پر مشتمل اچھی کوالٹی کی کریم استعمال کریں۔

☆ آنکھوں کے نیچے سیاہ حلقے پڑنے کا سبب بعض اوقات جسم میں پیدا شدہ زہر آلودگی کے اثرات ہیں۔

اس صورتحال سے محفوظ رہا جاسکتا ہے اگر آپ اپنی غذا کو بہتر بنالیں تو اس عمل سے آہستہ آہستہ خون کی چھوٹی چھوٹی نالیوں میں صاف خون زیادہ روانی سے گردش کرتا ہے ہر روز کئی بار سیاہ حلقوں کے گرد ایک یا دونوں ہاتھوں سے آہستہ آہستہ مساج کریں جس سے خون کی گردش میں مطلوبہ تیزی پیدا ہوگی۔ زندگی میں برکت اور خوشحالی کی دعاؤں کے ساتھ خوش رہئے اس سے یقیناً بدنما سیاہ حلقوں سے نجات میں مدد ملے گی۔ (وحیدہ بانو......ملتان)

بسیار خوری......

نجات ممکن ہے

مشہور مقولہ ہے کہ: ''کچھ لوگ زندہ رہنے کے لئے نہیں کھاتے بلکہ کھانے کے لئے زندہ رہتے ہیں۔''

ہم میں سے بیشتر لوگ ایسے ہیں جو صرف بھوک مٹانے کے لئے نہیں کھاتے بلکہ مختلف کیفیات میں انہیں کھانے کی اشتہا ہوتی ہے۔ جسمانی ضرورت کے علاوہ کئی اور باتیں بھی بے وقت بھوک لگنے کا سبب بن سکتی ہیں مثلاً ذہنی پریشانی، غصہ، تھکن، غذا کی فراوانی یا معاشرتی روابط وغیرہ وقت بے وقت اور بلاضرورت بھی بھوک لگنے کا باعث بن سکتی ہیں۔ جذباتی تسکین یا عادتاً بھی لوگ بسیار خوری پر مجبور ہوجاتے ہیں۔

کئی ماہرین نفسیات نے یہ بات تسلیم کرلی ہے کہ اس مسئلہ کی بنیادی وجوہات دو ہیں۔ ایک منفی سوچوں کو بلاضرورت ذہن میں جگہ دینا، دوسری پیچیدہ مسائل پر مسلسل سوچتے رہنا۔ بعض لوگوں کے نزدیک ایسی باتوں سے نجات حاصل کرنے کا آسان طریقہ بسیار خوری ہوتا ہے۔

اگر آپ بھی کسی ایسی ہی تکلیف کا شکار ہیں تو حوصلہ نہ ہاریں کیونکہ ایسے ہر مسئلہ کا حل آپ کی قوت ارادی سے ممکن ہے۔ بسیار خوری پر قابو پانے کے لئے ضروری ہے کہ آپ اس کی وجہ تلاش کریں اگر آپ یہ سبب تلاش کرنے میں کامیاب ہوجاتے ہیں تو سمجھ لیجئے کہ تھوڑی سی تبدیلی کے ذریعے آپ ایک صحت مند زندگی گزار سکتی ہیں۔

یاد رکھئے کہ عادات کی تبدیلی کا عمل راتوں رات ممکن نہیں مگر رفتہ رفتہ ہی ان کی تصحیح ممکن ہے۔ اب اگر آپ نے ارادہ کرلیا ہے تو ان اصلاحی نکات پر عمل کرنے سے پہلے اپنے آپ کو نفسیاتی طور پر اس تبدیلی کے لئے تیار کریں۔ سب سے پہلے دُبلا ہونے کا جنون دماغ سے نکال دیجئے اور جان لیجئے کہ دُبلا ہونے کا صحیح طریقہ ڈائٹنگ نہیں بلکہ آپ کی اپنی عادتیں ہیں۔ اب اپنے علاج کے لئے ایک ڈائری بنالیجئے۔ جب بھی کچھ کھائیں تو اس کا حساب ڈائری میں اس طرح اُتاریں۔

۱۔ بھوک لگنے کا صحیح وقت کیا تھا؟

۲۔ کس جگہ بھوک محسوس ہونا شروع ہوئی؟

۳۔ جب آپ نے کھانا کھایا تو آپ کے جذبات اور احساسات نارمل تھے یا نہیں؟

۴۔ آپ نے کیا کھایا اور کتنا کھایا؟ احتساب کے عمل سے گزرنے کے بعد آپ کو خود اندازہ ہوجائے گا کہ آپ کی تکلیف کی اصل وجہ کیا ہے۔ ذیل میں دیئے گئے نکات کی مدد سے آہستہ آہستہ اپنی غذا میں تبدیلی لائیے اور متحرک اور مطمئن زندگی گزاریئے۔ دو اوقات کے کھانے میں نشاستے کو ضرور شامل رکھیں مگر ایک متوازن اندازے کے ساتھ روٹی، آلو، چاول اور دالوں کے ذریعے اپنی غذائی ضرورت پوری کریں۔ دن میں دو سے تین مرتبہ پھل اور سبزیوں (سادہ یا سلاد کی صورت میں) کا استعمال انسانی جسم کی ضروریات کو پورا کرنے میں مددگار ثابت ہونے کے ساتھ ساتھ جلدی بیماریوں سے بھی بچاتا ہے۔ ناشتے کے علاوہ دو مرتبہ دودھ اور ڈیری کی مصنوعات یعنی مکھن، دہی اور پنیر کا استعمال اپنی عادات میں شامل رکھیں۔ دن میں تقریباً بیس سے تیس گلاس تک پانی پئیں ایک مخصوص اندازے سے ہفتہ وار سفید گوشت یعنی مرغی، مچھلی، جھینگا اور انڈے وغیرہ کا استعمال آپ کی غذائی ضرورت کو کسی حد تک پورا کرسکتا ہے۔ (شازینہ سلیم......کراچی) J961204

گرمیوں کے موسم میں کیا کریں کیا نہ کریں؟

موسم چاہے گرم ہو یا ٹھنڈا اس کی شدت انسانی جلد پر نقصان دہ اثرات مرتب کرتی ہے۔ موسم کی شدت کے ساتھ غیر متوازن خوراک، معمولات زندگی میں عدم توازن اور ماحول کی آلودگی بھی جلد کو نقصان پہنچانے کا سبب بنتی ہے۔ سورج کی روشنی اگرچہ جلد کے لئے ضروری ہے لیکن اگر احتیاطی تدابیر نہ اختیار کی جائیں تو یہی روشنی جلد کے لئے تباہ کن بھی ثابت ہوسکتی ہے۔ ان دنوں ہمیں گرم موسم کا سامنا ہے، اس موسم میں ہر طرح کے کام کاج کے بعد اپنے آپ کو تروتازہ رکھنا ایک بہت ہی دشوار کام ہے۔ خاص طور پر ہمارے ملک میں جہاں گرمی بڑی شدت کی ہوتی ہے اور اس کا دورانیہ بھی دوسرے موسموں کے مقابلے میں خاصا طویل ہوتا ہے۔ گرمی کے موسم میں زیادہ تر لوگ ساحل سمندر کا رخ کرتے ہیں۔ چمکیلے ساحلوں پر حرارت، دھوپ، تیز ہوا اور تیراکی ہماری جلد اور بالوں پر اپنے اثرات چھوڑ سکتی ہے۔

موسم گرما کے دوران ہمیں اپنی جلد، بالوں اور آنکھوں کو سورج کی تیز بالائے بنفشی شعاعوں سے بچانا چاہئے۔ تیز دھوپ میں مسلسل کئی گھنٹے گزارنے سے آپ کی جلد سن برن قبل از وقت جھریاں پڑنے اور جلد کے کینسر جیسی مشکلات کا شکار ہوسکتی ہے جو آپ کی جلد کے لئے تباہ کن ثابت ہوتی ہیں۔ بالوں اور آنکھوں کے لئے بھی یہ صورت حال نہایت مضر ہے۔ بے شک دھوپ انسانی صحت کے لئے بہت ضروری ہے کیونکہ یہ جسم میں وٹامن ڈی کی تیاری میں معاون ثابت ہوتی ہے۔

وٹامن ڈی ہڈیوں کی نشوونما کے لئے انتہائی ضروری ہے لیکن اگر ہم احتیاط سے کام نہ لیں تو یہی دھوپ ہمارے جسم پر تباہ کن اثرات مرتب کرنے کا سبب ہوسکتی ہے۔ لہٰذا

اس موسم کے برے اثرات سے اپنے آپ کو بچانے کے لئے خصوصی احتیاط اور تدابیر کی ضرورت ہوتی ہے۔ گرمیوں کے سخت اثرات سے خود کو محفوظ رکھنے کے لئے ایک سادہ اور بنیادی روٹین پر عمل کریں۔

گرمیوں کا میک اپ

گرمی اور تیز دھوپ آپ کے میک اپ کو خراب کرسکتی ہے۔ پہلے واٹر پروف میک اپ بیس استعمال کریں جو گرم موسم میں بھی اپنی جگہ جمی رہے گی۔ میک اپ کو خراب ہونے سے بچانے کے لئے واٹر پروف مسکارا استعمال کریں جو کئی گھنٹے اپنی جگہ لگا رہ سکتا ہے۔ اس کے علاوہ واٹر پروف لپ اسٹک استعمال کریں اور آئی کلرز بھی واٹر پروف لیں تاکہ خراب ہونے کا اندیشہ نہ رہے۔ خشکی سے بچاؤ کے لئے ہفتہ میں ایک بار اپنی پلکوں کے اندر تھوڑی سی ویسلین کا مساج کریں۔ گرم موسم میں میک اپ کا استعمال نہ ہی کریں تو زیادہ بہتر ہے لیکن اگر میک اپ کرنا بہت ضروری ہو تو بہت زیادہ تہوں اور بہت زیادہ رنگوں سے پرہیز کریں اور گرمیوں میں بہت ہلکا میک اپ کریں۔

میک اپ کرنے سے پہلے سن اسکرین لوشن لگائیں یہ آپ کی جلد کو دھوپ سے بچانے کا بہترین طریقہ ہے۔ آپ جو بھی سن اسکرین منتخب کریں اسے تقریباً ہر گھنٹے کے بعد لگائیں۔ احتیاطاً واٹر پروف سن اسکرین لیں۔ میک لگائیں تاکہ دھوپ کے اثرات سے بچ سکیں۔

سن برن (Sunburn) کے لئے گھریلو نسخے آزمودہ ہیں اگر ان کو آزمایا جائے تو یقیناً مفید اثرات ظاہر ہوں گے۔ مثلاً دہی، ٹماٹر کے قتلے اور آلو کا گودہ لے کر

ناریل کے تیل یا ٹھنڈی چائے میں ملائیں۔ اس آمیزے کو روئی کی مدد سے جلد پر لگائیں اور 20 منٹ کے بعد منہ دھوڈالیں۔

جلد کی تازگی اور نکھار کے لئے کلینزنگ، ٹوننگ اور موئسچرائزنگ ضروری ہے جبکہ ہفتہ میں ایک بار فیس اسکرب، فیس ماسک استطاعت رکھتی ہیں تو مہینے میں ایک بار جلد کی بہتری کے لئے ماہر حسن سے مشورہ کرلیں۔

گرمیوں میں پانی کا استعمال

گرمیوں کے منفی اثرات سے بچنے کے لئے ضروری ہے کہ زیادہ سے زیادہ پانی پیا جائے۔ پانی کا جسم میں وافر مقدار میں موجود ہونے سے زیادہ درجہ حرارت کے منفی اثرات سے انسانی جسم محفوظ رہتا ہے۔ اس کے علاوہ جسم میں جو مضر رساں مادے ہوتے ہیں وہ بھی پیشاب کے ذریعے باہر نکل جاتے ہیں۔ عام طور پر ایک بالغ شخص دن بھر میں تقریباً دو لیٹر پانی پیتا ہے مگر گرمیوں میں اس مقدار میں قدرے اضافہ ہوجاتا ہے۔

دیرپا حسن کے لئے صحت مند جسم ضروری ہے جب تک آپ روزانہ آٹھ سے بارہ گلاس پانی نہ پئیں، آپ صحت مند نہیں ہوسکتیں خصوصاً گرمیوں کے موسم میں پانی صحت کے لئے ایک ٹانک ہے۔ گرمی ہو یا سردی علی الصبح پانی پی لینے سے بے شمار بیماریوں کا خاتمہ ہوتا ہے۔

کھانا کھاتے وقت بار بار کھانے کے درمیان پانی پینا درست نہیں کیونکہ اس سے غذا صحیح طرح ہضم نہیں ہو پاتی۔ کھانا کھانے کے بعد بے حساب پانی پینا بھی ٹھیک نہیں ہے۔ تجربہ کار حکماء کا قول ہے کہ ''کھانا کھاتے وقت بہت کم پانی پینا چاہئے بلکہ کھانا کھالینے کے کم از کم دو گھنٹے بعد خوب پانی پینا چاہئے۔''

صحت کو اچھا اور برقرار رکھنے کے لئے پانی پینے کا طریقہ یہ ہے کہ پانی کو آہستہ آہستہ تین گھونٹ میں پیا جائے۔ یہ بات ہم سب جانتے ہیں مگر نظر انداز کر جاتے ہیں۔ پیاس بجھانے کے لئے آہستہ آہستہ چھوٹے گھونٹوں میں چار پانچ منٹ میں گلاس ختم کرنا چاہئے۔

گرمیوں میں جلدی جلدی پیاس لگتی ہے اس لئے جب بھی پیاس محسوس ہو فوراً پانی پینا چاہئے البتہ کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیا جائے۔ اس بات پر اگر غور کیا جائے تو یہ نتیجہ نکلتا ہے کہ غذا شکم میں جاکر کم از کم دو گھنٹے بعد تحلیل ہونا شروع ہوتی ہے اور اس کے ہضم ہونے کے وقت اسٹیم یا بخارات کی کثرت ہوتی ہے۔ اس وقت جو پانی استعمال کیا جائے گا وہ غذا سے اٹھتے ہوئے بخارات کو عرق میں تحلیل کردے گا اور اس عرق کو غذا کے سب سے مفید مادہ کا عطر یا نچوڑ سمجھنا چاہئے جو بھاپ کے بعد عرق ہونے پر جزو بدن اور خون بن کر جسم کو قوی کرتا ہے اور صحت کا ضامن ہوتا ہے۔

> **گرمیوں کے موسم سے لطف واندوز ہونے کے لئے صبح سویرے ننگے پاؤں گھاس پر چلنا چاہئے تاکہ اس سے گرمی کے خلاف مزاحمت کرنے میں جسم کی قوت میں اضافہ ہو**

موسم گرما اور ہماری غذا

ایک انسان جو کچھ کھاتا پیتا ہے اس کا انسانی جسم پر گہرا اثر پڑتا ہے۔ گرمیوں میں ہلکی پھلکی غذا استعمال کرنی چاہئے تاکہ یہ جلد از جلد ہضم ہوجائے۔ ان دنوں میں پھل اور سبزیوں کا استعمال زیادہ سے زیادہ کرنا چاہئے کیونکہ یہ ہلکی پھلکی غذائیں ہیں اور گرمیوں میں ٹھنڈی رہتی ہیں جبکہ گوشت کھانے سے گرمی کا احساس ہوتا ہے البتہ گوشت میں سبزی ملا کر پکائی جائے تو گوشت کی گرم تاثیر کچھ کم ہوجاتی ہے۔ پھلوں کا استعمال ہر موسم میں مفید ہوتا ہے۔ گرمیوں میں ٹھنڈک حاصل کرنے کے لئے پھل بہترین غذا ہیں۔ انگور، انار، مالٹا، کیلا اور آم زیادہ کھائے جاتے ہیں۔ ان سے ملنے والی غذائیت گرمی کے منفی اثرات بچانے کا کام کرتی ہے اور جسم کو صحت مند رکھتی ہے۔ یہاں ایک بات یاد رکھیں کہ آم کی تاثیر گرم ہے اسے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ یعنی آم کھا کر دودھ پی لیا جائے یا آم کا رس اور دودھ ملا کر پیا جائے۔ دونوں صورتوں میں آم کے فوائد حاصل ہوتے ہیں البتہ صرف آم کھا لینے سے گرمی کا اثر ہوسکتا ہے۔

گرمیوں میں پھلوں کے علاوہ پھلوں کے جوس بھی بہت مفید ہوتے ہیں۔ دراصل گرمیوں میں فرحت و تازگی کا احساس پیدا کرنے کے لئے ٹھنڈے مشروبات کا استعمال عام طور پر کیا جاتا ہے۔ تقریباً ہر پھل کا جوس نکالا جاسکتا ہے۔ تاہم انار، آم، کینو، لیموں، فالسہ وغیرہ کے مشروبات گرمیوں میں زیادہ استعمال کرنے چاہئیں۔ دہی دودھ کی لسی بھی بے حد مفید ہے۔ گرمیوں میں اسے خاص طور پر استعمال کرنا چاہئے۔ ان کے علاوہ گنے کا رس بھی پینا چاہئے جو کہ ٹھنڈی بوتلوں کے مقابلے میں کئی لحاظ سے بہتر ہے ایک تو یہ تازہ ملتا ہے دوسرے مصنوعی اور کیمیاوی اجزاء سے پاک ہوتا ہے۔ اسے پینے سے فوری توانائی ملتی ہے اور یہ سستا بھی ہوتا ہے۔

گرمیوں کے موسم سے لطف اندوز ہونے کے لئے اپنی غذا میں پھل اور سبزیاں ضرور شامل رکھیں۔ اس کے علاوہ گرمیوں میں صبح سویرے گھاس پر ننگے پاؤں چلنا چاہئے تاکہ اس سے گرمی کے خلاف مزاحمت کرنے میں جسم کی قوت میں اضافہ ہو۔

گرمیوں کے موسم کو زحمت نہیں رحمت سمجھیں اور اس موسم سے صحیح طور پر لطف اندوز ہونے کے لئے مندرجہ بالا باتوں پر غور کریں اور یوں ذرا سی احتیاط سے اس موسم میں تازگی و ٹھنڈک کا احساس حاصل کریں۔

(عرفانہ ظہیر......لاہور)

MK0005

تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد

ہر مشکل کو حل کرنے اور آپ کے مقاصد کو حاصل کرانے والی ذات اللہ تعالیٰ کی ہے۔ لیکن اللہ تعالیٰ نے کچھ وسیلے اور طریقے رکھے ہیں جنہیں بزرگوں نے عام لوگوں کی سہولت کے لئے ظاہر کیا ہے۔ ان ہی بزرگوں کی فضیلت کے طفیل ہم یہ تعویذ شائع کر رہے ہیں۔ اس تعویذ کو یہاں سے کاٹ کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اس تعویذ کو مختلف مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔ مثلاً

...... روزی میں بندش ہو، کوششوں کے باوجود کاروبا نہ چلتا ہو۔

...... نوکری حاصل کرنا چاہتے ہوں مگر بے روزگاری پیچھا نہ چھوڑتی ہو۔

...... لڑکے یا لڑکیوں کے رشتے نہ آتے ہوں یا رشتے آتے ہوں تو بات طے نہ ہوتی ہو۔

...... کسی خاص جگہ شادی کرنا چاہتے ہوں لیکن اس جگہ شادی میں رکاوٹ ہو۔

...... شوہر بیوی کے ساتھ یا بیوی شوہر کے ساتھ برا سلوک کرتے ہو۔

...... ملک سے باہر جانا چاہتے ہوں لیکن تمام کوششیں ناکام ہو جائیں۔

...... ایسی بیماری ہو جس کا مسلسل علاج کرنے کے باوجود بیماری نہ جاتی ہو۔

...... آپ کو شک ہو کہ جادو ٹونے کے ذریعے آپ کے ہر کام میں رکاوٹ پیدا کی جاتی ہو۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

آپ اس تعویذ کو کسی بھی روز (اگر جمعرات میسر آجائے تو بہتر ہے) کو دی گئی جگہ سے کاٹیں پلاسٹک کوٹنگ یا موم جامہ کرکے پانچ اگر بتیوں کی دھونی دیں اور کالے کپڑے میں سی کر گلے یا سیدھے ہاتھ پر کہنی سے اوپر باندھ دیں۔ ایک تعویذ ایک ہی شخص کے لئے اور اکیس روز پہنا جائے گا۔ گزرے ہوئے ماہ کا تعویذ استعمال نہ کریں ہوسکتا ہے کہ آپ کے مقصد میں کامیابی میں تاخیر ہو اور آپ کو کئی ماہ تک یہ تعویذ استعمال کرنے پڑے مگر یہ تعویذ کسی بھی صورت میں کسی کے لئے بھی نقصان دہ نہیں ہے۔

اس تعویذ کو استعمال کرنے سے پہلے اور بعد میں یہ بات اچھی طرح سمجھ لیں کہ آپ کی حفاظت کرنے والی اور آپ کی مشکلات کو حل کرنے والی ذات صرف اللہ تعالیٰ کی ہے۔ اللہ پر ہی بھروسہ کریں اسی سے مانگیں وہی ہمارا آقا اور مددگار ہے۔ تعویذ استعمال کرنے کے لئے نماز جمعہ کے بعد پانچ روپے کسی بھی مسجد میں دے دیں۔ ہماری طرف سے اس تعویذ کا کوئی ہدیہ، نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔

ہوسکتا ہے تعویذ کے ایک دفعہ کے استعمال سے آپ کا مسئلہ حل نہ ہو تو اس صورت میں اگلے ماہ کے رسالے سے نیا تعویذ استعمال کریں۔ اگر آپ چاہیں تو ٹیلی فون یا خط کے ذریعے مزید تفصیلات معلوم کرسکتے ہیں۔

روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔ فون 34923667

تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد

یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ	یا اللہ
یا غفور	یا غفور	یا غفور	یا غفور	یا غفور
یا شکور	یا شکور	یا شکور	یا شکور	یا شکور
یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن
یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم

تعویذ استعمال کرنے والی/والے کا نام ____________

والدہ کا نام ____________

تاریخ پیدائش اور برج ____________

کس مقصد کے لئے تعویذ استعمال ہو رہا ہے ____________

____

June 2016 یہ مہینہ کیسا رہے گا؟

برج حمل ARIES

اس ماہ کے دوران اس برج سے وابستہ کاروباری حضرات ہوشیار رہیں جبکہ ملازمت پیشہ افراد کی ترقی ہوسکے گی' اولاد کی جانب سے لاحق تفکرات کا خاتمہ ہوسکے گا' بہ سلسلہ تعلیم شاندار کامیابی ہوگی۔ الغرض یہ ماہ رواں تقریباً ہر معاملے میں بہترین ثابت ہوگا۔

برج ثور TAURUS

اس ماہ کاروباری حضرات کا کاروبار میں کسی بھی قسم کی تبدیلی کرنا نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے' ملازمت پیشہ افراد اپنے فرائض کی انجام دہی میں کوتاہی نہ برتیں' بہ سلسلہ تعلیم حائل رکاوٹوں کا خاتمہ ہوسکے گا اولاد سے وابستہ توقعات پوری ہوسکیں گی' رہائش کی تبدیلی سودمند ثابت ہوسکے گی۔

برج جوزا GEMINI

کاروبار وسعت اختیار کرے گا' آمدنی میں خاطر خواہ اضافہ ہوگا' گھریلو ماحول قدرے بہتر رہے گا' تعلیمی امور میں ناکامی کا سامنا ہوگا' ملازمت پیشہ افراد کے لئے یہ ماہ خاصا تکلیف دہ ثابت ہوگا' وہ اپنے فرائض کی جانب سے غفلت نہ برتیں۔

برج سرطان CANCER

کاروباری معاملات میں اتار چڑھاؤ رہے گا خصوصاً ماہ رواں کے آخری ہفتے میں محتاط رہیں' رشتہ داروں سے اختلافات ختم ہوں گے ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان ہے' اولاد کی جانب سے پریشانی لاحق رہے گی' نزدیکی سفر ہرگز نہ کریں نقصان کا اندیشہ ہے۔

برج اسد LEO

بہ سلسلہ تعلیم نمایاں کامیابی ہوگی' کاروباری حضرات اس ماہ دن دگنی رات چوگنی ترقی کریں گے' آمدنی میں بھی غیر معمولی اضافہ ہوسکے گا' ملازمت پیشہ افراد قدرے پریشان رہیں گے' لین دین کے معاملات میں میں محتاط رہیں' اولاد کی جانب سے بھی خوشیوں میں اضافہ ہوگا۔

برج سنبلہ VIRGO

بہ سلسلہ تعلیم غیر معمولی کامیابی ہوگی' سفر سے گریز کریں نزدیکی سفر کے دوران مالی نقصان کا اندیشہ ہے' رہائش کی تبدیلی کے سلسلے میں آپ سے یہ مہینہ تعاون کرے گا' کاروباری معاملات میں دوسرا ہفتہ کافی تکلیف دہ ثابت ہو سکتا ہے۔

برج میزان LIBRA

رشتہ داروں کے ساتھ تعلقات از سر نو استوار ہوں گے' آمدنی میں بھی معقول حد تک اضافہ ہوسکے گا' بہ سلسلہ تعلیم جزوی کامیابی ہوگی' نزدیکی سفر سے قطعی اجتناب برتیں غیر متوقع طور پر مالی نقصان کا اندیشہ ہے' جائیداد کی خرید و فروخت کے لئے یہ ماہ معاون ثابت ہوگا۔

برج عقرب SCORPIO

ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان روشن ہے' موجودہ مکان یا دکان کے سلسلے میں کوئی تنازعہ پریشانی کا باعث بن سکتا ہے' گھریلو حالات قدرے بہتر رہیں گے' بہ سلسلہ اولاد خوشی حاصل ہوگی' صحت گاہے بگاہے خراب رہے گی محتاط رہیں۔

برج قوس SAGITTARIUS

ملازمت میں ترقی یا تبادلے کا امکان ہے' گھریلو ماحول خوشگوار رہے گا' قریبی دوستوں سے غیر معمولی احتیاط کیجئے' دوسرے ہفتے میں مقدمے کے سلسلے میں مایوسی کا سامنا ہو گا بہ سلسلہ ملازمت کسی افسر سے تنازعہ ہوگا' مجموعی طور پر یہ مہینہ درمیانے درجے کا ثابت ہوسکے گا۔

برج جدی CAPRICORN

اس ماہ ملازمت کے متلاشی حضرات کی کوششیں بارآور ثابت ہوسکیں گی اور انہیں حسب منشاء ملازمت مل سکے گی غیر ملکی سفر پیش آنے کا امکان ہے' اولاد کی جانب سے تفکرات لاحق رہیں گے' مالی پوزیشن قدرے مضبوط ہو سکے گی' اخراجات گھٹانے کی کوشش کریں۔

برج دلو AQUARIUS

اس ماہ آپ اپنی گھریلو الجھنوں پر بڑی حد تک قابو پاسکیں گے' مخالفین آمادہ بہ صلح ہوسکیں گے' ملازمت کے سلسلے میں الجھنوں کا خاتمہ ہوسکے گا' کاروبار وسعت اختیار کریگا ہو سکتا ہے کہ کسی مشترکہ بزنس میں شمولیت کا بھی موقع مل جائے۔

برج حوت PISCES

بہ سلسلہ تعلیم محنت زیادہ کریں' ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان ہے' تعلیمی سلسلے میں حائل رکاوٹوں کا خاتمہ ہوسکے گا کاروبار کو وسعت دینے کا موقع ملے گا جس بناء پر مالی پوزیشن خاصی مضبوط ہوسکے گی ساتھ ہی اخراجات کی رفتار بھی خاصی تیز رہے گی۔

پانچ صحت بخش مصالحے

غذاؤں کی تیاری کے مختلف طریقوں سے ان میں پیدا ہونے والی مضر تبدیلی کا علاج کئی مصالحوں سے کیا جاسکتا ہے

مصالحوں میں قدرت نے صرف خوشبو اور ذائقہ دوبالا کرنے کی خاصیت ہی نہیں رکھی ان میں امراض دور کرنے کی صلاحیت بھی ہوتی ہے۔ چنانچہ صدیوں سے انہیں دواؤں کی تیاری میں بھی استعمال کیا جارہا ہے۔ مختلف مرہموں، آرائش حسن کی اشیاء اور خود دواؤں کو محفوظ رکھنے کے لئے یہ استعمال ہوتے چلے آرہے ہیں۔ مصالحوں کو کھانوں میں شامل کردینے سے ان میں پیدا ہونے والی خوشبو سے بھوک جاگ اٹھتی ہے۔

برصغیر پاک و ہند صدیوں سے مصالحوں کا گھر رہا ہے۔ کھانوں کی تیاری میں مصالحوں کا استعمال یہاں بکثرت ہوتا ہے۔

مصالحے کیا ہیں؟ مختلف پودوں کے پتے، درختوں کی چھال، بیج، پھل، کلیاں اور پھول جو اپنی مخصوص خوشبو کی وجہ سے کھانوں میں مہک پیدا کرنے کے علاوہ انہیں خوش رنگ اور خوش ذائقہ بنادیتے ہیں۔ انہیں ثابت یا کوٹ پیس کر تازہ یا خشک استعمال کیا جاتا ہے۔ تازہ میں ہرا دھنیا، پودینہ شامل ہیں اور خشک میں الائچی، سرخ مرچ، سونٹھ، کالی مرچ، رائی، ہلدی، میتھی، لونگ، دارچینی وغیرہ شامل ہیں۔ ان میں ورم دور کرنے کی صلاحیت بھی ہوتی ہے اور اب یہ بات بھی طے پاگئی ہے کہ مصالحوں میں سرطان روکنے کی خاصیت بھی ہوتی ہے۔

سرطان کیوں ہوتا ہے؟

جن غذاؤں سے سرطان ہوسکتا ہے ان میں بہت زیادہ تلی اور تیز آنچ پر سنکی اور بھنی غذائیں قابل ذکر ہوتی ہیں۔ تیز آنچ پر تیاری کی وجہ سے ان میں جو نقصان دہ اجزاء پیدا ہوتے ہیں وہ میوٹا جینز کہلاتے ہیں، ان اجزاء سے جسم کے خلیات کو نقصان پہنچتا ہے اور ان کے کمزور ہوجانے سے یہ سرطان کی زد میں آجاتے ہیں۔ ان مضر زہریلے اثرات کو دور کرنے والے اجزاء ''اینٹی میٹاجین'' کہلاتے ہیں۔

غذاؤں کی تیاری کے مختلف طریقوں سے ان میں پیدا ہونے والی مضر تبدیلی کا علاج کئی مصالحوں سے کیا جاسکتا ہے مثلاً رائی، ہلدی، لونگ، دارچینی، لہسن، کالی مرچ، وغیرہ۔ اب ان میں سے بعض مصالحوں مثلاً کالی مرچ، رائی، میتھی، لونگ اور ہلدی کا ذرا تفصیلی جائزہ لیتے ہیں۔

کالی مرچ

خاص طور پر طب یونان میں سیاہ مرچ کو اکثر دواؤں کی تیاری میں شامل کیا جاتا ہے کیونکہ اس کی وجہ سے دوائیں خراب نہیں ہوتیں، ان کے مضر اثرات اس کی وجہ سے دور ہوجاتے ہیں۔ زمانہ قدیم سے سیاہ مرچ کو بدہضمی اور ملیریا کے لئے استعمال کیا جارہا ہے۔ تلسی کے پتوں کے ساتھ سیاہ مرچ کو پانی میں پیس کر پلانے سے ملیریا کو فائدہ ہوتا ہے۔ اسے جگر اور معدے کی دواؤں کے علاوہ مردانہ طاقت کی دواؤں میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ نقرس، گٹھیا اور سردبلغمی امراض کے لئے بھی مفید ہوتی ہے۔

رائی

اسے بھی کھانوں میں خوشبو کے لئے استعمال کیا جاتا ہے خاص طور پر اچاروں کی تیاری میں رائی بہت استعمال ہوتی ہے، اس کے بیجوں سے تیل بھی نکالا جاتا ہے اور تازہ پتے بطور ساگ کھائے جاتے ہیں، رائی کے بیجوں میں گندھک کے مرکب خوب ہوتے ہیں۔ رائی کے تیل میں ایروسک (Erucic) ایسڈ زیادہ ہوتا ہے، جس سے قلب کے عضلات میں ورم ہوجاتا ہے لیکن تحقیق کے مطابق یہ تکلیف صرف ان افراد کو ہوسکتی ہے جو رائی کا تیل بہ کثرت استعمال کرتے ہیں۔ اس کا معتدل استعمال مضر نہیں ہوتا۔ رائی میں بھی مانع تکسید (اینٹی آکزیڈینٹ) خاصیت ہوتی ہے، یہ جسم کے خلیات کو سرطان کے اثرات سے محفوظ رکھتی ہے۔ یہ مضر دواؤں کے نقصان دہ اثرات دور کرنے میں بھی جسم کی مدد کرتی ہے۔ اس سے نظام مدافعت مستحکم ہوتا ہے۔

میتھی

تازہ کے علاوہ میتھی کے بیج ملک میں بکثرت استعمال ہوتے ہیں۔ میتھی میں دوائی خصوصیات بھی ہوتی ہیں۔ اس کے استعمال سے خون میں مضر کولیسٹرول کی سطح کم ہوجاتی ہے۔ اس طرح قلب کی شکایات کے خطرات بھی گھٹ جاتے ہیں۔ یہ بات اب سب جانتے ہیں کہ حل پذیر ریشہ (فائبر) خون میں کولیسٹرول کی سطح گھٹا دیتا ہے۔

اسے سادہ صورت میں استعمال کرنے کے لئے میتھی دانے کا سفوف ناشتے، دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد 5-5 گرام (ایک چائے کا چمچہ) کھانا مفید ہوتا ہے۔ ان مقداروں میں کھانے سے خون کی بہت بڑھی ہوئی شکر اور کولیسٹرول دونوں ہی کم ہوجاتے ہیں۔ چونکہ اس کا مزہ تلخ ہوتا ہے اس لئے اسے پانی میں بھگو کر کھانے سے کڑواہٹ کم ہوجاتی ہے۔ ایک صورت یہ بھی ہے کہ اس کا سفوف روٹی، دال، سالن وغیرہ میں شامل کرکے کھالیا جائے۔

مرکب صورت میں میتھی کے بیجوں کے ساتھ بنولے، کریلا (خشک) اور جامن کی گٹھلی ہم وزن ملا کر سفوف تیار کرلیا جاتا ہے اور اس کا 5 گرام سفوف استعمال کیا جاتا ہے۔ انسولین استعمال کرنے والے مریضوں کے لئے بھی میتھی مفید ثابت ہوتی ہے لیکن اس کے دوران استعمال انہیں انسولین استعمال کرتے رہنا چاہئے یہاں تک کہ دونوں کے استعمال سے شکر کی سطح معمول پر آجائے۔ میتھی

کے بچوں میں دودھ بڑھانے اور درد کم کرنے کی حیرت انگیز صلاحیت بھی پائی جاتی ہے' جن ماؤں کو دودھ کی کمی ہو' وہ یہ بیج استعمال کر کے فائدہ اٹھا سکتی ہیں۔ میتھی کے بیج اس کے علاوہ پیٹ کے اپھارے' پیچش' اسہال اور بد ہضمی کے لئے مختلف طریقوں سے استعمال کئے جاتے ہیں' ان کے استعمال سے بھوک نہ لگنے کی شکایت دور ہوتی ہے اور پرانی کھانسی سے بھی نجات مل جاتی ہے اس کا جوشاندہ گٹھیا کے لئے بھی مفید رہتا ہے۔

لونگ

لونگ اور اس کا تیل آج بھی دنیا بھر میں استعمال ہوتا ہے' دانتوں کی تکلیف کے علاوہ روغن لونگ کی ایک بوند چینی پر ڈال کر کھانے سے بد ہضمی کو فائدہ ہوتا ہے اور اپھارہ بھی دور ہو جاتا ہے۔ درد دور کرنے کی تاثیر کی وجہ سے لونگ کا تیل دانتوں کی دواؤں کے علاوہ منجن اور ٹوتھ پیسٹ میں خوب استعمال ہوتا ہے۔ اسے درد دور کرنے کے لئے بام میں بھی شامل کیا جاتا ہے۔

لونگ کے تیل کی مالش سے مقامی دوران خون میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اپنی اس خصوصیت کی وجہ سے اسے کسی تیل میں ملا کر دکھتے جوڑوں پر مالش کرنے سے درد اور ورم دور ہوتا ہے۔

ہلدی

ہلدی کو پیس کر بالخصوص نمکین پکوانوں میں خوشبو اور رنگت کے لئے شامل کیا جاتا ہے۔ ہلدی میں بدبو دور کرنے کی صلاحیت بھی ہوتی ہے۔ ادرک کی نوع سے تعلق رکھنے والی اس گرہ میں کرکیومن (Curcumin) نامی رنگ ہوتا ہے۔ اس میں مانع تکسید صلاحیت ہوتی ہے۔ یہ بھی سرطان کا سبب بننے والے بیٹا جینز کو ختم کرنے کی خاصیت رکھتی ہے۔ اس سلسلے میں جو تجربات ہوئے ان کے مطابق تمبا کو استعمال کرنے والوں کو 15 سے 30 روز تک روزانہ ڈیڑھ گرام خالص ہلدی کا سفوف کھلانے سے ان کے خون میں بیٹا جینز کی مقدار گھٹ گئی۔ ہلدی کے اس رنگ میں جانوروں میں سرطانی رسولی روکنے کی صلاحیت بھی پائی گئی۔ اسی طرح اس کے استعمال سے خون میں کولیسٹرول کی سطح بھی کم ہو گئی۔ گھریلو استعمال کے لئے اسے شہد میں ملا کر چاٹنے سے گلے کی خراش' کھانسی' نزلے اور اُپھارے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔ چوٹ کی صورت میں ہلدی کا تنہا لیپ یا چونے کے ساتھ اسے ملا کر لگانے سے بہت آرام ہوتا ہے۔ کالی کھانسی اور پیٹ پھولنے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔ لہسن اور پیاز میں بھی کولیسٹرول کے علاوہ سرطان روکنے کی صلاحیت پائی جاتی ہے۔ کھانوں کو خوشبو اور ذائقہ دینے والے یہ مصالحے' ہماری زندگی کو بھی پُر لطف اور خوش گوار بنانے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔ یہ اچھے بھی ہیں' سستے بھی ہیں اور من بھاتے بھی۔

(وحیدہ اکبر......کراچی)

RQ000420

انمول موتی

☆ کسی شخص کی ظاہری صورت دیکھ کر رائے قائم کر لینا غلطی ہے۔

☆ ہر چیز کا دل ہوتا ہے اور قرآن پاک کا دل سورۃ یٰسین ہے۔

☆ اس شخص پر افسوس ہے جو لوگوں کو ہنسانے کے لئے جھوٹ بولے (سرکار دو عالم ﷺ)

☆ اگر تم لوگوں سے دولت میں نہیں بڑھ سکتے تو خندہ پیشانی اور خلق میں بڑھ جاؤ۔ (حضور اکرم ﷺ)

☆ اچھے اعمال ہی تیرے کام آئیں گے جن کے لئے پھر اس دنیا میں موقع نہیں ملے گا۔ (حضرت عمر فاروقؓ)

☆ دنیا دریا ہے اور آخرت کنارہ' کشتی تقویٰ ہے اور لوگ مسافر۔

☆ خوشی ہی تندرستی ہے اور اس سے برعکس غم بیماری کا گھر ہے۔

☆ جس نے اپنا راز چھپایا مقصد کو پا لیا۔

☆ نرم گفتگو کرنے والا ہر دل میں اپنی جگہ بنا لیتا ہے۔

☆ خدا اور موت کو یاد رکھو۔

☆ خوف خدا سے رونے والے کا ایک آنسو سمندروں جیسی طویل وعریض آگ کو بجھا دیتا ہے۔

☆ ہر وہ دل جس میں خوف خدا نہیں ویران ہے۔

☆ گناہ وہ ہے جو تمہارے دل میں خلش پیدا کرے اور تم ڈرو کہ لوگ اس سے واقف نہ ہو جائیں (حضور اکرمؐ)

☆ تعجب ہے اس پر جو جزا اور سزا اور جہنم اور جنت کو برحق مانتا ہے لیکن پھر بھی گناہ کا مرتکب ہوتا ہے۔ (حضرت علیؓ)

☆ ایسا کم ہی ہوتا ہے کہ صبر کرنے والا کامیاب نہ ہو۔

☆ عقل پر بھروسہ کرنے سے غلطی ہو جاتی ہے۔

☆ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ مومن کی حالت بھی عجیب ہوتی ہے' وہ جس حال میں بھی ہوتا ہے اس سے خیر اور بھلائی ہی سمیٹتا ہے اور یہ مومن کے سوا کسی کو نصیب نہیں اگر وہ تنگ دستی' بیماری اور دکھ کی حالت میں ہوتا ہے تو صبر کرتا ہے اور کشادگی کی حالت میں ہوتا ہے تو شکر ادا کرتا ہے اور یہ دونوں حالتیں اس کے لئے بھلائی کا سبب بنتی ہیں۔ (صحیح مسلم)

☆ حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کہتے ہیں کہ رسول ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''قیامت کے دن بندے کے قدم اس وقت تک نہیں ہٹیں گے جب تک اس سے چار چیزوں کے متعلق سوال نہ کر لیا جائے۔ عمر کے بارے میں کہ کس کام میں گزاری' علم کے بارے میں کہ اس پر کتنا عمل کیا اور مال کے بارے میں کہ کہاں سے حاصل کیا اور حاصل کئے ہوئے مال کو کس طرح خرچ کیا اور جسم کے بارے میں کہ اسے کن کاموں میں مصروف رکھا۔'' (ترمذی)

(آسیہ رضا......کراچی)

ہردلعزیز کیسے بنیں؟

دنیا میں ایسا کون سا شخص ہے جو یہ نہ چاہے کہ جس محفل میں پہنچے جانِ محفل بن جائے، جس کسی سے ملے اتنا بھرپور تاثر سامع پر چھوڑ دے کہ وہ اس کی شخصیت کا اسیر ہو جائے، کسی ادارے میں ملازم ہو تو افسرانِ بالا اور ذیلی اسامیوں پر مامور لوگ اس کے کام اور کردار کے گُن گائیں، اگر اپنا کاروبار یا دکان ہے تو کسٹمر ایک مرتبہ آجائے تو بندھ کر رہ جائے۔ رشتہ دار، دوست، احباب، اپنے پرائے سب اس کی عزت کریں اور آنکھوں پر بٹھائیں۔ ذہن پر زور ڈال کر بتایئے کہ کون شخص ہے جو لوگوں میں ہردلعزیز ہونا نہیں چاہتا؟

شاید ایک شخص بھی آپ کو ایسا نہیں ملے گا کیوں کہ لوگوں کے دلوں پر حکمرانی کی خواہش تقریباً ہر شخص کے سینے میں موجزن ہوتی ہے لیکن یہ اعزاز حاصل کرنے کے بھی کوئی تقاضے ہیں جن کو پورا کر کے کوئی بھی شخص اس مقصد کو حاصل کرسکتا ہے۔

بحث برائے بحث سے پرہیز کیجئے

یوں تو بحث و مباحثہ زندگی کی مثبت قدروں کو فروغ دینے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اظہار رائے کی آزادی سے جہاں شخصی اعتماد میں اضافہ ہوتا ہے وہیں معلومات کی ترویج اور اپنی بات کو معاشرے میں دلیل کے ساتھ پیش کرنے کا رویہ بھی تشکیل پاتا ہے لیکن معاشرے میں کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں جو احساسِ برتری کا شکار ہونے کی وجہ سے اپنے اندر دوسرے کی بات سننے کا حوصلہ نہیں رکھتے اگر ایسے لوگوں کو کسی بات کی ترغیب دی جائے تو مستقل اپنی بات پر ڈٹے رہتے ہیں۔ ایسے لوگوں کو کسی بات کی تلقین کرنا اور اُن کو دلائل سے اپنی فکر کی جانب متوجہ ہونے پر آمادہ کرنا اکثر اوقات ذہنی توانائی کا زیاں کا سبب بن جاتا ہے۔ ایسے لوگ چوں کہ اپنی اس عادت میں خاصے پختہ ہوتے ہیں اس لئے دوسرے لوگ ان کے ساتھ بحث برائے بحث میں لگ کر اکثر اپنا راستہ بھی کھوٹا کر بیٹھتے ہیں۔ بحث برائے بحث کرنے والے اشخاص کا مقصد عموماً یہ ہوتا ہے کہ دوسرے فرد کو نیچا دکھایا جائے وہ آپ سے بحث اس لئے نہیں کرتا کہ وہ کچھ سمجھنا چاہتا ہے بلکہ اُس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ وہ خود کو برتر ثابت کر دے۔

> **بحث برائے بحث کرنے والے اشخاص کا مقصد عموماً یہ ہوتا ہے کہ دوسرے فرد کو نیچا دکھایا جائے وہ آپ سے بحث اس لئے نہیں کرتا کہ وہ کچھ سمجھنا چاہتا ہے بلکہ اُس کا مقصد یہ ہوتا ہے کہ وہ خود کو برتر ثابت کر دے**

شواہد بتاتے ہیں کہ بحث کبھی کسی مسئلہ کا حل ثابت نہ ہوئی۔ ایسے مواقع پر خاموش ہونا واقعی بہت بڑے دل کی بات ہے کہ کوئی آپ کے سامنے حقیقت کو جھٹلا رہا ہو لیکن اس وسیع القلبی کا آپ کو بہت اچھا پھل ملتا ہے۔ آپ کی بزرگی سامع پر قائم ہو جاتی ہے اگر نہ بھی قائم ہو تو کم از کم دلوں میں فرق نہیں آتا۔ فرض کیجئے کہ آپ کو اپنے حریف پر کامیابی ہوتی ہے اور آپ اس کی دلیلوں کو کامیابی سے رد کر کے اسے خاموش کرا دیتے ہیں اور ثابت کر دیتے ہیں کہ وہ غلطی پر ہے پھر کیا ہوگا؟ آپ کو دلی خوشی مل سکتی ہے لیکن سوچئے اس پر کیا گزری وہ آپ کی فتح سے نفرت کرے گا۔

ممکن ہے نرمی اور اپنائیت سے وہ بات مان بھی جاتا لیکن بحث کے بعد آپ اس کے نقطہ نظر کو کبھی نہ بدل سکیں گے کیونکہ آپ نے اس کے جذبات کو ٹھیس پہنچائی ہے۔

اپنی گفتگو کا آغاز کبھی یوں نہ کریں

''میں آپ کو ثابت کر کے دکھاؤں گا' میں آپ کو اس بات کا قائل کرسکتا ہوں یا میں آپ کی بات کو غلط ثابت کر سکتا ہوں۔'' یہ قطعی اچھی عادت نہیں۔ اس کا مطلب تو یہ ہے کہ ''میں آپ سے زیادہ ہوشیار ہوں' آپ کی کوئی حیثیت نہیں۔ میں ابھی آپ کا مزاج درست کر دوں گا اور آپ کو رائے بدلنے پر مجبور کر دوں گا۔''

لوگوں کو اس طرح سکھایئے کہ آپ ان کو کچھ سکھا نہیں رہے بلکہ کوئی بھولی بسری بات یاد دلا رہے ہیں۔ اختلافی جملے کو درمیان میں ہرگز نہ لائیں ورنہ سامع خطرہ محسوس کرنے لگے گا اور محتاط ہو جائے گا۔ آپ کی جانب سے شاکی ہو جائے گا۔

اپنی غلطی تسلیم کیجئے

غلطی کر کے اسے تسلیم کرنا اور پھر معافی مانگنا بہت مشکل کام ہے نفس پر یہ بہت بھاری ثابت ہوتا ہے۔ ایک پرانی کہاوت ہے ''لڑائی سے آپ کو نہ ملنے کے برابر ملتا ہے لیکن اطاعت میں توقع سے زیادہ دستیاب ہوتا ہے۔''

(شائستہ جبین...... مالاکنڈ)

ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

میرے والد کا حصہ مل جائے

(ارشاد حسین......لاہور)

مسئلہ = گزارش یہ ہے کہ میرے والد کے چار بھائی ہیں وہ میرے والد کا حق مارتے ہیں۔ ہمارا قالین کا کاروبار ہے جس میں سب بھائیوں کا حصہ ہے میرے والد اپنا حصہ مانگتے ہیں تو وہ نہیں دیتے وہ امریکہ' لندن جہاں بھی جائیں اُن کے لئے کاروبار ٹھیک ہے اور اگر ہم جانے کو کہیں تو کاروبار خراب ہے۔ میرے والد کہتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ اُن سے حساب لے گا کسی کا حق مارنا کتنا گناہ ہے۔ ہم لوگ بہت پریشان ہیں آپ کوئی ایسی دعا یا وظیفہ بتائیں کہ جس سے میرے والد کا حصہ مل جائے میں آپ کو ساری عمر دعائیں دیتا رہوں گا' آپ ہماری مدد کریں خدا آپ کو ہمیشہ خوش رکھے۔

جواب = اپنے والد صاحب سے کہیں کہ ہر نماز کے بعد ۱۰۰ بار ''اللہُ الوارثُ النورُ'' پڑھ کر دعا کیا کریں جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کر دیا کریں۔

کاروبار

(عرفان علوی......کراچی)

مسئلہ = میں متواتر چار سالوں سے انتہائی پریشان ہوں' ان چار سالوں میں تین لاکھ ساٹھ ہزار کا مقروض ہو چکا ہوں مسلسل چھ چھ ماہ بیکاری میں گزر جاتے ہیں' جو کام بھی کرتا ہوں اس کام میں کچھ وقت تک اچھا فائدہ ہوتا ہے مگر یکلخت زبردست نقصان سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ اب میں بے جان سا ہو کر رہ گیا ہوں جب بچوں کو پریشان دیکھتا ہوں تو دل چاہتا ہے کہ خودکشی کر لوں قرض والے صبح سے شام تک دروازہ پیٹتے رہتے ہیں ان لوگوں کے ہاتھوں روزانہ ذلیل ہونا پڑتا ہے' آپ ان مشکلات سے نجات کے لئے کچھ بتائیں۔

جواب = کاروبار نفع ونقصان کا نام ہے، اگر مخلصانہ طرزوں میں اللہ کے لئے مساکین اور مستحق لوگوں کی خدمت کی جاتی تو یقیناً حالات اس کے برعکس ہوتے جو آج ہیں۔ کثرت سے ''یارحمٰنُ یارحیم'' کا ورد کیا کریں' اللہ تعالیٰ فضل کریں گے۔

تعلیم سے بیزاری

(شبانہ کوثر......کراچی)

مسئلہ = میں میٹرک کی طالبہ ہوں پہلے تو میں پڑھائی کے لئے بہت فکرمند رہا کرتی تھی لیکن آج کل پڑھائی سے بہت لاپرواہ ہو گئی ہوں اور پڑھائی پر بالکل توجہ نہیں دیتی ہوں۔ اب میں یہ چاہتی ہوں کہ دوبارہ سے پڑھائی کی طرف متوجہ اور فکرمند ہو جاؤں آپ مجھے کوئی طریقہ بتا دیں' میں ہمیشہ احسان مند رہوں گی۔

جواب = آپ روزانہ شام کو سو بار ''اللہُ النورُ الکریم'' اول وآخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک چمچ شہد پر دم کر کے پی لیا کریں۔ کم از کم ایک ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں۔

بھائی کے پیسے واپس مل جائیں

(نسرین اختر......حیدرآباد)

مسئلہ = میں آپ کی بہت پرانی معتقد ہوں۔ جناب ایک مسئلہ نے میرا' میرے والدین اور بھائی بہنوں کا سکون غارت کر دیا ہے، میری والدہ اس مسئلے کی وجہ سے اتنی پریشان ہوئیں کہ ان کے پھیپھڑوں میں پانی آ گیا ہے طبیعت اتنی خراب ہوئی کہ انہیں اسپتال میں داخل

کرنا پڑا اس بیماری کی وجہ میرا چھوٹا بھائی ہے' جو ماشاءاللہ بیس برس کا ہے۔ جب اس نے پولی ٹیکنک کا کورس ختم کرلیا تو ایک لڑکے نے اس سے کہا کہ ہم کاروبار شروع کرتے ہیں میرے بھائی نے والدہ سے کہا اور کچھ رقم لے لی اس نے ایک مہینے میں کافی منافع دیا، پہلے تو اس لڑکے نے خوب اعتماد بٹھایا جب اس کے پاس ایک لاکھ سات ہزار سات سو بائیس رقم ہوگئی تو یہ لڑکا مال دینے کے بجائے پیسہ لے کر بھاگ گیا۔

جواب= اللہ تعالیٰ کو سب قدرت ہے' وہ مختار کل اور قادر مطلق ہیں، جو چاہیں اور جس طرح چاہیں کر سکتے ہیں۔ جہاں تک بندہ بشر کے حساب کتاب کا تعلق ہے تو یہ پیسہ ڈوب گیا' بات سخت ہے مگر جب آدمی صبر کر لیتا ہے تو دل ہلکا ہو جاتا ہے۔ ہر نماز کے بعد سو مرتبہ "انا للّٰہ و انا الیہ راجعون" پڑھ لیا کریں۔

تلخیوں کا گہوارہ

(اشفاق علی......کراچی)

مسئلہ= میری زندگی تلخیوں کا گہوارہ ہے پیدا ہوا تو بقول گھر والوں کے میں بہت کمزور تھا۔ چھ برس کی عمر کو پہنچ کر بھی بول نہیں پاتا تھا، والد کی شفقت سے محرومی میں پلتا رہا، میرا بڑا بھائی مجھ سے بہت خوش رہتا تھا لیکن تقدیر نے گوارا نہ کیا اور اسے مجھ سے بہت دور کر دیا۔ وہ ایک ایکسیڈنٹ سے وفات پا گیا، گھر والوں کی نظریں مجھ پر لگ گئیں۔ اُنہیں مجھ سے بہت سی امیدیں تھیں لیکن میں زندگی کے کسی بھی میدان میں کامیاب نہیں ہوسکا۔ کاروبار کی بھاگ دوڑ میرے چھوٹے بھائی کے ہاتھ میں آئی، میں جب بھی دکان پر گیا، کام خود بخود آنا بند ہو گیا یہ میرا وہم نہیں ہے۔ بھائی نے کہنا شروع کر دیا کہ بھیا منحوس ہیں دکان پر آتے ہیں تو کام آنا بند ہو جاتا ہے، آہستہ آہستہ یہ بات سب جان گئے اور میں نحوست کی مہر بن گیا۔ میٹرک کے امتحان کے وقت میرا ایکسیڈنٹ ہو گیا لیکن رفتہ رفتہ مجھے بھی اس بات کا احساس ہو گیا کہ واقعی میری ہی تقدیر خراب ہے، ہر کام سوچ سمجھ کر کیا لیکن ناکامی اور نقصان کے سوا کچھ ہاتھ نہیں آیا' میرے دکھوں کی تفصیل اتنی طویل ہے کہ الفاظ میں بیان کرنا ممکن نہیں ہے۔ میں آپ سے صرف یہ چاہتا ہوں کہ لوگ مجھے منحوس نہ کہیں اور میرے حالات میں بہتری کے لئے کچھ بتائیں۔ بے شک مجھے رسالے میں جگہ نہ دیں لیکن دعاؤں کے خزانے میں سے ایک دعا اس عاجز کی جھولی میں بھی ڈال دیں۔

جواب= تقدیر دو ہوتی ہیں ایک مبرم' دوسری معلق۔ مبرم میں کوئی ردوبدل انسان نہیں کر سکتا معلق تقدیر انسانی اختیارات سے آراستہ ہوتی ہے۔ کبھی ایسا ہوتا ہے کہ تقدیر معلق میں خاندانی اسلاف کی وہ عادات و اطوار شامل ہو جاتی ہیں جن کی وجہ سے مصائب و پریشانیاں لاحق ہوتی ہیں۔ چوں کہ تقدیر معلق میں ردوبدل ہوتا رہتا ہے اس لئے پریشان کن حالات بھی اچھے اور آسائش کے حالات میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ آپ کے لئے علاج تجویز کیا جارہا ہے دل جمعی اور حضور قلب سے عمل کریں انشاءاللہ ساری کدورتیں ختم ہو جائیں گی۔ رات کو سونے سے پہلے تین سو مرتبہ "ان اللّٰہ یرزق من یشاء بغیر حساب" پڑھ کر دعا کریں عمل کی مدت نوے دن ہے۔

''اللّٰہُ القدوس''

(عمرانہ رحمٰن......گجرات)

مسئلہ= والدہ اور ہمارے ابو کے درمیان کبھی مفاہمت نہیں ہوئی اس وجہ سے ان کے دماغ میں خلل واقع ہو گیا اور وہ وفات پا گئیں۔ والدہ صاحبہ کسی نہ کسی طرح سنبھالے ہوئی تھیں لیکن ان کے مرتے ہی نہ جانے ابا کو کیا ہو گیا، ہر ماہ کسی فقیر یا ملنگ کے پاس نذر نذرانہ لے کر جاتے ہیں لیکن گھر پر بہت کم توجہ دیتے ہیں۔ تنخواہ چھ ہزار روپے ہے لیکن گھر میں ایک ہزار روپے دیتے ہیں گھر کا سکون برباد ہو گیا ہے۔ گھر میں نااتفاقی کی وجہ سے ہماری ایک بہن کے دماغ پر کافی اثر پڑ گیا ہے جس کی وجہ سے تمام افراد پریشان ہیں۔ آپ سے گزارش ہے کہ آپ ہماری بہن کے لئے کچھ کریں اور ہمارے گھر سے ایک دوسرے کو زندہ درگور کر دینے کے جذبات ختم ہو جائیں۔

جواب= بہت آسان بات ہے، اپنے والد صاحب کے سر میں روزانہ تیل ڈالا کریں اور جتنی دیر تیل کی مالش کریں دل ہی دل میں ''اللّٰہُ القدوس'' پڑھتی رہیں۔ ایک ماہ کے اس عمل سے حالات آپ کے حسب منشا ٹھیک ہو جائیں گے اگر روزانہ یہ عمل نہ ہو سکے تو کوئی حرج نہیں بس آپ تیس دن پورے کر دیں۔

صحن سے تعویذ نکلتے ہیں

(ثمینہ عزیز......ٹنڈو آدم)

مسئلہ= میں بہت پریشانی کے عالم میں آپ کو یہ مسئلہ بیان کر رہی ہوں' مسئلہ یہ ہے کہ ایک ہفتہ پہلے ہم نے اپنا گھر بیچ کر نیا گھر خریدا ہے جو باہر سے بڑا خوبصورت ہے اور اس کے صحن میں خوبصورت کیاریاں بھی ہیں۔ ایک دن میں اپنے گھر میں صفائی کر رہی تھی تو صحن میں بالکل کنارے پر ایک پتھر رکھا ہوا تھا جب میں نے وہ پتھر ہٹایا تو اس کے نیچے کچھ دھاگے اور کپڑے نظر آئے، جب میں نے لکڑی سے مٹی ہٹائی تو بہت سے تعویذ اندر دفن تھے اور اس جگہ سے بہت عجیب سی بدبو آرہی تھی۔ میری طبیعت خراب ہونے لگی اس دن کے بعد سے مجھے بہت ڈراؤنے خواب آتے ہیں اور میں سوتے سے چونک کر اٹھ جاتی ہوں۔ دن بھر گھر میں عجیب عجیب واقعات ہوتے ہیں ایسا محسوس ہوتا ہے کوئی میرا پیچھا کر رہا ہے آپ مہربانی کر کے مجھے اس کا کوئی حل بتادیں کہ مجھے کیا کرنا چاہئے۔

جواب= آپ سب ہر نماز کے بعد ۱۰۰ بار ''بسم اللّٰہ الرحمن الرحیم نصر من اللّٰہ و فتح قریب'' پڑھ کر اپنے مسائل کے حل کے لئے دعا کریں انشاءاللہ تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔

مجھ پر تعویذ کرائے گئے ہیں

(فرحت یونس......لاہور)

مسئلہ = فہد بھائی! ہم دو بہنیں اور دو بھائی ہیں اور سب نے ہی اعلیٰ تعلیم حاصل کی ہے مگر میری چچی کے بچے ان کی لاکھ کوششوں کے باوجود مڈل سے آگے نہیں پڑھ سکے جس کی وجہ سے میری چچی ہم سب بہن بھائیوں سے ہمیشہ ناراض رہتی ہیں اور وہ نہیں چاہتیں کہ ہم بہنوں کا رشتہ کسی اچھی جگہ ہو جائے۔ ان کا کہنا ہے کہ تعلیم سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ خاندان کی لڑکیاں خاندان میں رہنی چاہئیں اور ان دونوں بہنوں کی شادی میرے بیٹوں سے ہوگی ورنہ کہیں نہیں ہوسکے گی۔ جو بھی رشتہ آتا ہے وہ لوگ دوبارہ واپس نہیں آتے جب ایک عامل صاحب سے معلوم کروایا تو پتہ چلا کہ چچی نے تعویذ کروائے ہیں، آپ خدارا میرے مسئلے کا حل بتائیں کہ میں کیا کروں؟

جواب = عشاء کے بعد ۱۴ بار سورۂ اخلاص پڑھ کر آنکھیں بند کر کے اپنے مسئلے کے لئے دعا کریں۔ انشاءاللہ ہر قسم کے بداثرات ختم ہوجائیں گے یہ عمل نوے دن تک جاری رکھیں۔

منافع ہے یا سود

(ممتاز علی......راولپنڈی)

مسئلہ = میں سرکاری ملازمت سے ریٹائرڈ ہوا ہوں اور اب میرے پاس صرف میری پینشن کے پیسے آتے ہیں اور جو روپے مجھے میری ریٹائرمنٹ سے ملے ہیں وہ میں بینک میں جمع کرانا چاہتا ہوں تاکہ کچھ منافع آسکے لیکن کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ اس طرح سے پیسے جمع کرا کر منافع لینا سود ہے۔ میرے پاس کوئی ذریعہ معاش نہیں ہے اور فوری طور پر کوئی کاروبار بھی نہیں کرسکتا آپ سے درخواست ہے کہ اس سلسلے میں میری رہنمائی فرمادیں کہ مجھے کیا کرنا چاہئے۔

جواب = منافع لینا سود ہے آپ کے پاس جو بھی رقم ہے اس سے چھوٹے پیمانے پر کام شروع کردیں۔ ساتھ ہی رات کو سوتے وقت ۱۰۰ بار کلمہ شہادت پڑھ کر دعا کیا کریں۔ انشاءاللہ کاروبار میں برکت ہوگی۔

سسرال والے تنگ کرتے ہیں

(میمونہ صدیقی......لاہور)

مسئلہ = میرا مسئلہ یہ ہے کہ جب میری شادی ہوئی اسی دن میری نند کو ہارٹ اٹیک ہوگیا اور اس واقعہ کے ایک ہفتے بعد ہی میرے سسر کا انتقال ہوگیا۔ میری ساس نندیں اور باقی سب گھر والے بھی ان سب حادثوں کا ذمہ دار مجھے ٹھہراتے ہیں اور مجھے بہت پریشان کرتے ہیں اُن کا کہنا ہے کہ ان کے ہنستے بستے گھر کو میں نے اُجاڑ دیا ہے۔ آپ بتائیے کہ مجھے اس صورت میں کیا کرنا چاہئے۔

جواب = آپ روزانہ رات کو اب کاموں سے فارغ ہونے کے بعد سونے سے پہلے ۱۱۱ (ایک سو گیارہ) بار مع اول و آخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھیں اور بغیر کسی سے بات کئے بستر پر چلی جائیں اور اپنے سسرال والوں کا تصور کریں۔ یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں ناغہ کے دن بعد میں شمار کرلیں۔

ذہنی دباؤ

(یاسر مراد......کراچی)

مسئلہ = مجھ پر ایک عجیب سا ذہنی دباؤ ہر وقت طاری رہتا ہے بات بے بات دوسروں سے الجھ جاتا ہوں ہر وقت چیختا رہتا ہوں۔ ذرا سی بات بھی میری مرضی کے خلاف ہوجائے تو ہنگامہ کھڑا کردیتا ہوں اور ایسا محسوس ہوتا ہے کہ غصے سے میرے دماغ کی رگیں پھٹ جائیں گی براہ کرم کوئی روحانی علاج تجویز فرمائیں۔

جواب = آپ کے مسئلے کے لئے تعویذ شائع کیا جارہا ہے یہ تعویذ آپ کالے کپڑے میں سی کر گلے میں پہن لیں، غذا میں سرد اور بادی چیزوں سے اور نمک سے پرہیز کریں۔

شوہر شک کرتے ہیں

(طاہرہ قاسم......کراچی)

مسئلہ = میں کافی عرصے سے ماہنامہ روشنی کی قاری ہوں اور آپ کو اپنا ایک مسئلہ بتانا چاہتی ہوں میری شادی کو پانچ سال کا عرصہ ہوگیا ہے، تب سے اب تک میرے شوہر مجھ پر بہت شک کرتے ہیں۔ مجھے کہیں آنے جانے کی اجازت نہیں ہے، یہاں تک کہ مجھے میرے گھر والوں کے ساتھ بھی کہیں جانے کی اجازت نہیں دیتے اور اکثر گھر سے جاتے وقت دروازہ باہر سے بند کر کے جاتے ہیں۔ مجھے ایسا لگتا ہے کہ میں یہیں گھٹ کر مرجاؤں گی، مجھے کوئی ایسا روحانی علاج بتایئے کہ میرے شوہر مجھے میرے گھر والوں سے ملنے دیں اور ان کا رویہ درست ہوجائے۔

جواب = آپ کے لئے نقش شائع کیا جارہا ہے اس نقش کو کاٹ کر کمرے کے داخلی گیٹ میں لگادیں۔ انشاءاللہ حالات سازگار ہوجائیں گے۔

جادو کا اثر

(عمرانہ زاہد......کراچی)

مسئلہ = میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری بہن جو کہ بے حد خوبصورت تھیں اور ان کے بال بھی بے حد حسین اور لمبے تھے ہر وقت ہنستی رہتی تھیں۔ ایک دن ہمارے گھر ہماری ایک چچی جو ہماری سگی چچی نہیں ہیں بلکہ ہمارے ابو کے کزن کی بیوی ہیں وہ ملنے آئیں اور میری بہن کو اپنے ساتھ شاپنگ پر لے گئیں، وہاں سے وہ پتہ نہیں میری بہن کو کہاں لے کر گئیں۔ جب میری بہن واپس آئی تو اسے سخت بخار چڑھ گیا اور بڑھتا ہی گیا، ڈاکٹرز کو دکھایا لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ بخار اترتا ہے پھر چڑھ جاتا ہے میری بہن بہت کمزور ہوچکی ہے اس کی رنگت سرمئی سی ہوگئی ہے۔ اور دن بہ دن ہڈیوں کا ڈھانچہ ہوتی جارہی ہے۔ ہر وقت خلاؤں میں گھورتی رہتی ہے کوئی کہتا ہے کہ آسیب کا اثر ہے کوئی کہتا ہے کہ چچی نے کوئی جادو کروایا ہے میں بہت مایوس ہوچکی تھی پر اب لگتا ہے کہ خدا نے آپ کی صورت میں وسیلہ پیدا کردیا

ہے خدا کے لئے مجھے کوئی روحانی علاج بتائیں تا کہ میری بہن کی زندگی بچ جائے۔

جواب = اپنی بہن کو زیادہ تر کھلی ہوا میں رکھا کریں۔ خیال رہے کہ انہیں ایک دو ماہ اکیلا نہ رکھا جائے۔ صبح فجر اور رات کو عشاء کی نماز کے بعد ۱۲۱ بار ''اللہُ المالکُ الملکُ'' پانی پر دم کر کے بہن کو پلادیا کریں۔ ایک نقش روانہ کیا جارہا ہے، اس نقش کو فریم کروا کر بہن کے کمرے میں لگادیں۔ دو ماہ بعد حالات سے آگاہ کریں۔

''اللہُ الحفیظ''

(مشتاق احمد......کراچی)

مسئلہ = میرے ابو کی دو بیویاں ہیں جن میں سے پہلی کی پانچ لڑکیاں اور دوسری کی تین لڑکیاں اور دو لڑکے ہیں۔ شادی کے ایک سال بعد تک تو ابو امی کے ساتھ بالکل ٹھیک رہے پھر انہیں آہستہ آہستہ امی سے نفرت ہوتی چلی گئی۔ ابو کو ہر وقت غصہ چڑھا رہتا ہے' انتہائی شکی مزاج ہیں امی کو کسی رشتے دار سے ملنے نہیں دیتے' سسرال والوں کے سخت خلاف ہیں' امی پر ہر قسم کا عیب لگا دیتے ہیں' امی پر ہاتھ بھی اُٹھانے سے دریغ نہیں کرتے اب ہم جوان ہو گئے ہیں اب ہم امی کا دفاع کرتے ہیں تو ابو ہمارے بھی دشمن بن گئے ہیں۔ میری سوتیلی ماں بہنوں کو بہت اچھا سمجھتے ہیں ان کے لئے ابو کے پاس وقت اور پیسہ غرض ہر چیز موجود ہے۔ فہد صاحب! امی بہت پریشان رہتی ہیں ابو کے سلوک اور نفرت نے انہیں ذہنی اور جسمانی طور پر بیمار کر دیا ہے' امی کے ساتھ بول چال بالکل بند کر دی ہے۔ آپ کی دعا نے راستہ بھٹکے ہوؤں کو صحیح راستہ دکھایا ہے ہمارے لئے کوئی وظیفہ تجویز کر دیں۔

جواب = اپنی امی سے کہیں کہ وہ ہر وقت کثرت سے ''اللہُ الحفیظ'' کا ورد کیا کریں اور رات کو بستر پر سیدھی لیٹ کر ''اللہُ الرحمٰنُ الرحیم'' پڑھتے پڑھتے سو جایا کریں۔ ساتھ ہی ہر جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کر دیا کریں اور یہ عمل گیارہ روز تک جاری رکھیں۔

سورۂ فلق

(حمیدہ خاتون......جھنگ)

مسئلہ = فہد صاحب! میرے دو بیٹے اور پانچ بیٹیاں ہیں جب میں نے اپنے بڑے بیٹے کی شادی کی تو حالات بہتر تھے لیکن شادی کے چھ ماہ بعد اچانک میری بڑی بیٹی کی طبیعت خراب ہو گئی میرے شوہر بھی بہت بیمار رہتے ہیں ایک بیماری دور نہیں ہوتی کہ دوسری بیماری شروع ہو جاتی ہے میرے گھر میں ایک بیٹا اور میرے شوہر کمانے والے ہیں لیکن آمدنی پوری نہیں پڑتی چھوٹے بیٹے کو کھانا کھاتے ہی الٹی ہو جاتی ہے ڈاکٹروں کو دکھایا تھا وہ کہتے ہیں کوئی بیماری نہیں ہے براہ کرم کوئی روحانی علاج تجویز فرما دیں۔

جواب = گھر میں روزانہ عصر اور مغرب کے درمیان لوبان جلائیں اور لوبان کی دھونی سارے گھر میں دیں۔ غذاؤں میں غلط قسم کی چکنائی اور بازار کا پسا ہوا نمک استعمال نہ کریں۔ صبح و شام رات ایک ایک بار ''سورۂ فلق'' پڑھ کر پانی پر دم کر کے خود بھی پئیں' اپنے شوہر اور بچوں کو بھی پلائیں۔

منگنی

(سمعیہ جبار......حیدرآباد)

مسئلہ = آپ کے مشورہ سے اللہ نے کامیابی عطا فرمائی اور میرا رشتہ اچھی جگہ طے پا گیا خدا کا بہت زیادہ کرم ہوا۔ اب مجھے یہ پریشانی رات دن ستاتی رہتی ہے کہ منگنی سے پہلے ایک عامل نے بتایا تھا کہ رشتے داروں میں سے کسی نے جادو کروا دیا ہے کہ اگر انہیں رشتہ نہ دیا تو لڑکی ہر وقت بیمار رہے گی۔ خدا کے کرم اور آپ کی دعاؤں سے رشتہ بہت اچھی جگہ طے پا گیا ہے مگر جب سے منگنی ہوئی ہے میری صحت خراب رہنے لگی ہے پہلے میں بالکل ٹھیک ٹھاک اور سرخ و سفید رنگت والی تھی اب بہت کمزور ہو گئی ہوں ہر وقت کوئی نہ کوئی بیماری رہتی ہے ذہنی طور پر بھی پرسکون نہیں ہوں کہ نجانے کیا ہو جائے۔

جواب = جس شخص نے یہ بتایا ہے کہ آپ کے اوپر رشتہ داروں نے جادو کروا دیا ہے' وہ ہرگز آپ کا مخلص نہیں ہے اس کی بات کا کوئی اعتبار نہیں' آپ کے اوپر کسی نے جادو نہیں کروایا۔ چونکہ آپ کے ذہن میں یہ بات تھی کہ منگنی کے بعد بیماری لاحق ہو جائے گی اس لئے آپ نے بیماری کو ذہنی طور پر قبول کر لیا ہے' آپ کی شادی بہت مبارک ہو گی اور آپ کو اللہ تعالیٰ ساری عمر ازدواجی خوشیاں دیں گے۔ آج کے بعد سے آپ بالکل تندرست اور پرسکون ہیں۔

مختصر مختصر

(قدسیہ زبیر......کراچی)

جواب = امتحان میں شاندار نمبروں سے کامیاب ہونے کے لئے دوا اور دعا کے اصول پر خوب دل لگا کر محنت کیجئے۔ رات کو سونے سے پہلے ۲۱ بار ''اللہُ الواحدُ النورُ'' پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کیجئے اور جب تک امتحان کا نتیجہ آئے اس وقت تک یہ عمل جاری رکھئے انشاء اللہ شاندار کامیابی ہوگی۔

(عبداللطیف......لاہور)

جواب = ہر وقت ''یا اللہُ یا عزیزُ'' کا ورد کیا کریں۔ صبح و شام' رات ایک ایک بار ''سورۂ الناس'' پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔

(احمد حسن......کراچی)

جواب = ہر نماز کے بعد ۱۰۰ مرتبہ ''نصر من الله و فتح قریب'' پڑھ کر دعا کر لیا کریں انشاء اللہ دشمنوں کے شر سے محفوظ رہیں گے۔

(صائمہ علی......سکھر)

جواب = رات سونے کے لئے جب لیٹیں تو اکتالیس بار ''سورۂ اخلاص'' پڑھ کر شوہر کا تصور کرتے کرتے سو جائیں' عمل کی مدت چالیس روز ہے۔

نوٹ: اپنے مسئلے کے روحانی حل کے لئے مسئلہ صاف کاغذ پر لکھ کر روانہ کریں۔ لفافے پر " آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل " ضرور لکھیں۔

عربی فجل سندھی موری انگریزی Radish

مولی مشہور عام جڑ ہے۔ جس سے ہر چھوٹا بڑا واقف ہے۔ اس کا رنگ عموماً سفید ہوتا ہے لیکن اس کے علاوہ اس کا رنگ لال اور ہلکا سبز بھی ہوتا ہے۔ اس کی دو اقسام ہیں۔ (1) لمبی (2) گول۔ شلجم کی طرح کچی سلاد کے طور پر کھائی جاتی ہے جبکہ بطور ترکاری بھی استعمال ہوتی ہے۔

اس کے اجزاء میں فاسفورس، کیلشیم اور وٹامن سی کے علاوہ فولاد کی بھی خاصی مقدار ہوتی ہے۔ اس کا مزاج گرم وخشک ہے۔

مولی کے فوائد

☆ پتھری کی صورت میں گردہ ومثانہ سے ریت آنے کی حالت میں مولی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو پتھری ریزہ ریزہ ہوکر ہمیشہ کے لئے جسم سے خارج ہوجاتی ہے۔

☆ یہ خود دیر ہضم ہے مگر غذا کو ہضم کر دیتی ہے۔

☆ بواسیر کے مرض میں مولی کا رس اور مولی کے پتے مریض کو کھلانے سے شفا ہوتی ہے۔

☆ مولی کو باریک کرکے نمک لگا کر کھانے سے جگر کی اصلاح ہوتی ہے۔

☆ یرقان کے مرض میں مولی کے پتوں کا رس نکال کر چینی ملا کر مریض کو پلانے سے مرض ختم ہوجاتا ہے۔ مولی کھانے والوں کو کبھی یرقان نہیں ہوتا۔

☆ مولی کھانے کے بعد گڑ کھانے سے مولی جلد ہضم ہوجاتی ہے اور بدبودار ڈکار وغیرہ بھی نہیں آتے۔

☆ تلی کے امراض میں بھی مولی کا کھانا بہت مفید ہے۔ اس کے کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ مولی کو چھیل کر اور کاٹ کر کالی مرچ اور ہلکا سا نمک لگا کر رات کو اوس میں رکھ دیں اور صبح نہار منہ کھائیں۔ ایک ہفتے میں شفا ہوگی۔ یہی نسخہ بواسیر کے لئے بھی ہے۔

☆ مولی کے مسلسل کھانے سے پیشاب کا رک رک کر آنا، جل کر آنا، کم آنا یا قطرہ قطرہ آنا یہ تمام شکایات دور ہوجاتی ہیں۔

☆ مسوڑھوں کے امراض پائیوریا اور دانتوں کی مضبوطی کے لئے مولی کو کالی مرچ لگا کر کھانے سے شفا ہوتی ہے اور دانت مختلف بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔

☆ مولی کھانے سے انتڑیوں کی حرکت تیز ہوجاتی ہے اور اس طرح قبض دور ہوجاتا ہے۔

☆ مولی کا رس اگر روزانہ گنج پر ملا جائے تو بال دوبارہ اگنے شروع ہوجاتے ہیں۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ سر کے گنج کو پہلے تولیے سے رگڑیں اور پھر اس رس سے مالش کریں۔

☆ بچھو پر اگر مولی کا رس ڈالا جائے تو وہ فوراً مر جاتا ہے۔

☆ مولی کے بیج بھی بڑے کارآمد ہوتے ہیں۔ آدھا تولہ مولی کے بیج اگر نیم گرم پانی سے کھلائے جائیں تو بند حیض جاری ہوجاتا ہے۔

☆ قوت باہ بڑھانے کے لئے مولی کے بیج ہمراہ پانی صبح کھانے چاہئیں۔ اس سے باہ بڑھتی ہے۔

☆ کسی بھی درد والی جگہ پر مولی کے بیج لیموں کے رس میں پیس کر درد والی جگہ پر لگانے سے شفا ہوتی ہے۔

☆ ایک ماشہ مولی کا نمک شہد میں ملا کر چاٹنے سے دمہ ختم ہوجاتا ہے۔ البتہ تین ہفتہ تک علاج جاری رکھنا چاہئے۔ مولی کا نمک تیار کرنے کا طریقہ یہ ہے، چند مولیاں لیں۔ انہیں اچھی طرح دھوکر صاف کرلیں، پھر باریک باریک کاٹ لیں اور دھوپ میں خشک کرلیں۔ اس کے بعد انہیں کڑاہی کے اندر جلالیں۔ جب جل جائیں تو اس راکھ کو پانی میں ڈال کر خوب ہلائیں۔ تین دن تک دن میں دو چار مرتبہ ہلاتے رہیں۔ اس طرح مولی کی راکھ کا تمام اثر پانی میں آجائے گا۔ چوتھے روز یہ نتھرا پانی الگ کرلیں اور راکھ گرادیں۔ پھر اس پانی کو ہلکی آنچ پر رکھیں۔ یہاں تک کہ پانی خشک ہوجائے جو باقی بچے اسے کھرچ کر شیشی میں محفوظ کرلیں۔ بس مولی کا نمک تیار ہے۔ اس نمک کے حسب ذیل فوائد بھی ہیں۔

1۔ ایک ماشہ نمک ہر روز ہمراہ چھاچھ پینے سے جگر کے تمام امراض ختم ہوجاتے ہیں اور یرقان ختم ہوجاتا ہے۔

2۔ بدہضمی دور کرنے کے لئے ایک ماشہ نمک گرم پانی کے ساتھ پینا چاہئے، فوراً بدہضمی دور ہوجائے گی۔

3۔ نزلہ وزکام کو دور کرنے کے لئے آدھ ماشہ نمک مولی کو گرم پانی کے ساتھ کھلائیں۔

4۔ پرانی کھانسی میں ایک ماشہ نمک مولی ہمراہ چینی کھلانے سے شفا ہوتی ہے۔

5۔ نزلہ وزکام میں چٹکی بھر نمک مولی سونگھنے سے یہ مرض دور ہوتی ہے اور دماغ کے کیڑے ختم ہوجاتے ہیں۔

حاصل کرنے کے لئے روشنی دواخانہ پر رابطہ کریں

نام کے ابتدائی حروف سے شخصیت کا جائزہ لیں

A D F O N E C T F Z W A Q

اس دنیا میں کوئی فرد ایسا نہیں ہے، جس کا کوئی نام نہ ہو' ہر نام مختلف حروف سے شروع ہوتا ہے اور ہر حروف کی ایک علیحدہ خصوصیت' شناخت اور اہمیت ہوتی ہے کہا جاتا ہے کہ ہر فرد کا نام اُس کی شخصیت پر، بہت زیادہ گہرے اثرات مرتب کرتا ہے اس لئے اکثر لوگوں کو ان کے نام راس نہیں آتے تو وہ اسے تبدیل کر دیتے ہیں نام کا پہلا حرف انسان کی شخصیت بنانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے

ماہرین کہتے ہیں کہ نام کا پہلا حرف انسانی شخصیت کے سربستہ راز افشا کر دیتا ہے اسی وجہ سے آپ کی دلچسپی کے لئے ہم انگریزی حروف تہجی کی خصوصیات بتا رہے ہیں اس کی مدد سے نہ صرف آپ اپنی بلکہ دوسروں کی شخصیت کا تجزیہ بھی کر سکتے ہیں۔

A

جن افراد کا نام A سے شروع ہوتا ہے ایسے لوگ انفرادیت کے قائل ہوتے ہیں ان کے اندر لیڈر بننے کی صلاحیتیں پائی جاتی ہیں ایسے افراد زیادہ تر شرمیلے ہوتے ہیں۔

B

جن افراد کا نام B سے شروع ہوتا ہے ایسے افراد دوسروں کے زیر نگرانی کام کرنا پسند کرتے ہیں ان کی اپنی شخصیت نہیں ہوتی کیونکہ یہ لوگوں سے دور رہتے ہیں اور اپنے خول میں بند رہنا پسند کرتے ہیں۔

C

اس حرف سے محض انگریزوں کے نام ہی شروع ہوتے ہیں یہ کسی فرد کی محدود صلاحیتوں کو ظاہر کرتا ہے۔

D

ایسے لوگ بہت جوشیلے اور ضدی ہوتے ہیں' اپنی راہ میں آنے والی رکاوٹوں سے گھبرا جاتے ہیں۔

E

یہ افراد زندگی اور جوش سے بھرپور ہوتے ہیں' ضدی ہونے کے ساتھ ساتھ غصیلے مزاج رکھتے ہیں۔

F

جن افراد کا نام F سے شروع ہوگا وہ اداکاری کی فیلڈ میں آنا چاہتے ہیں یہ لوگ محض زبانی عدل و انصاف کے دعویدار ہوتے ہیں' عملی طور پر عمل نہیں کرتے۔

G

جن افراد کا نام G سے شروع ہوتا ہے وہ اپنے آپ کو ضرورت سے زیادہ پُر اعتماد ظاہر کرتے ہیں' ہمدرد اور خیر خواہی کے جذبے سے مالا مال ہوتے ہیں زیادہ لوگوں سے ملنے سے گھبراتے ہیں۔

H

وہ افراد جن کا نام H سے شروع ہوتا ہے یا تو بہت کامیاب ہوتے ہیں یا بہت ناکام! انہیں رہنمائی کی بہت زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔

I

جن افراد کا نام I سے شروع ہوتا ہے ایسے لوگ تحکم مزاج اور غصیلے ہوتے ہیں' انہیں دوسروں پر اپنی مرضی مسلط کرنے کی عادت ہوتی ہے۔

J

جن افراد کا نام J سے شروع ہوا ایسے افراد ثقافت' رسم و رواج کے صحیح علمبردار ہوتے ہیں ان کے اندر مقناطیسی کشش پائی جاتی ہے۔

K

جن افراد کا نام K سے شروع ہوتا ہے وہ ضرورت سے زیادہ پُر اعتماد ہوتے ہیں اس لئے انہیں Over Confident کہا جاتا ہے بہت زیادہ ''رومان پسند'' ہوتے ہیں۔

L

جن کا نام L سے شروع ہوتا ہے ایسے لوگوں میں خود اعتمادی کا فقدان ہوتا ہے ان کا حلقہ احباب بہت محدود ہوتا ہے۔

M

یہ افراد دوسروں کے بہت ہمدرد اور خیر خواہ ہونے کے ساتھ بہت سیدھے سادے ہوتے ہیں۔

N

جن افراد کا نام N سے شروع ہوتا ہے ایسے افراد محنت سے جی نہیں چراتے' سادہ طبیعت اور بلند حوصلے کے مالک ہوتے ہیں۔

O

ایسے افراد میں جذباتی پختگی نہیں ہوتی' ترقی کرنے کا جذبہ بھی کم ہوتا ہے ایسے افراد محنتی اور اچھے حاکم ثابت ہوتے ہیں۔

P

ایسے افراد کھلے ذہن کے مالک ہوتے ہیں' وسیع

النظری ان کے مزاج کا خاصہ ہے۔

Q

ایسے افراد جن کا نام Q سے شروع ہو وہ دوسروں کے ہمدرد ہوتے ہیں' بہت زیادہ محنتی ہوتے ہیں اور مشکلات سے نہیں گھبراتے۔

R

R انگریزی حروف تہجی میں طاقت ور حروف مانا جاتا ہے' یہ افراد ہرفن مولا ہوتے ہیں' خوش اخلاق اور با ادب ہوتے ہیں

S

یہ افراد نہایت پرکشش شخصیت کے مالک ہوتے ہیں' دوسروں کے ہمدرد ہوتے ہیں' محنتی اور حوصلہ مند ہوتے ہیں' یہ افراد اچھی صفات کے حامل ہوتے ہیں مگر یہ اپنی صلاحیتوں سے صحیح استفادہ نہیں کرتے۔

T

یہ افراد نہ صرف اچھی صفات کے حامل ہوتے ہیں بلکہ نہایت اعلیٰ صلاحیتوں کے بھی حامل ہوتے ہیں مگر یہ اپنی صلاحیتوں سے صحیح استفادہ نہیں کرتے۔

U

یہ لوگ ہمدرد اور منکسر المزاج ہونے کے ساتھ ساتھ غصیلے اور حاکمیت پسند ہوتے ہیں۔

V

جن کے نام V سے شروع ہوتے ہیں ایسے افراد کائنات کے بارے میں زیادہ سے زیادہ جاننا چاہتے ہیں انہیں دوسروں کو پچھاننے کا گر آتا ہے۔

W

ایسے افراد جن کا نام W سے شروع ہوتا ہے ان کے اندر روحانی صلاحیتیں پائی جاتی ہیں ایسے لوگ تحقیق میں آگے رہتے ہیں کائنات کے مخفی راز جاننا چاہتے ہیں۔

X

اس حروف سے کوئی نام عموماً شروع نہیں ہوتا۔

Y

ایسے افراد جذبہ تجسس سے لبریز ہوتے ہیں' کم گو ہوتے ہیں مگر بہت اچھے سامع ہوتے ہیں۔

Z

ایسے افراد جن کا نام Z سے شروع ہوتا ہے' بے پناہ صلاحیتوں کے حامل ہوتے ہیں' شرمیلے بھی ہوتے ہیں۔

ہمارے خیال میں اب آپ یقیناً نہ صرف اپنی بلکہ دوسروں کی شخصیت کے بارے میں کافی حد تک اندازہ لگا سکتے ہیں۔

(تحسین جمال......لاڑکانہ)

خوبصورت جلد۔۔۔مگر کیسے؟

خوب صورتی اور خاص طور پر چہرے کے حسن کو برقرار رکھنا کوئی آسان کام نہیں ہے اس کے لئے خاصی محنت اور جدوجہد کی ضرورت ہے انسانی جلد اتنی حساس ہوتی ہے کہ اسے بگڑنے سے بچانے کے لئے بڑے محتاط انداز میں میک اپ اور دوسری اشیاء کا استعمال کرنا ہوتا ہے۔ چہرے کی شگفتگی شادابی اور تازگی برقرار رکھنے کے لئے ایک بہترین چیز ماسک ہوتی ہے لیکن عام طور پر بازار میں فروخت ہونے والے ماسک اتنے مہنگے ہوتے ہیں کہ متوسط طبقے کی خواتین ان کا فراوانی سے استعمال نہیں کرسکتیں اور ایسی خواتین کے لئے یہاں پر گھریلو طور پر بنائے جانے والے مختلف ماسک کی ترکیبیں دے رہے ہیں۔

خشک جلد کے لئے ماسک

اشیاء:۔ فریش کریم اور دہی = دو چائے کے چمچ' انڈے کی سفیدی = دو چائے کے چمچ' بادام کا تیل = چند قطرے۔ شہد = ایک چمچہ۔

ان تمام چیزوں کو آپس میں اچھی طرح ملا کر اس کو موٹی سی تہہ چہرے اور گردن پر جمالیں اور آنکھوں کو بچا کر رکھیں اور پندرہ منٹ کے بعد چہرے اور گردن اچھی طرح دھولیں۔

انڈے کا ماسک

اشیاء: انڈے کی زردی = ایک عدد' زیتون کا تیل = ایک چمچ' شہد = ایک چمچہ۔ انڈے کی زردی کو تیل میں پھینٹ لیں پھر اس میں شہد ملالیں اور اس کی تہہ چہرے اور گردن پر جما کر بیس منٹ انتظار کریں اور بعد میں چہرہ اور گردن نیم گرم پانی سے دھولیں۔

پپیتا کا ماسک

اشیاء:۔ پپیتا کا گودا = دو چائے کے چمچ' لیمن جوس = بارہ قطرے۔ ان سب کو مکس کر کے ماسک تیار کرلیں آنکھوں کا حصہ بچا کر چہرے پر لگائیں بیس منٹ کے بعد چہرے دھولیں اس ماسک کو آپ ہفتے میں ایک بار استعمال کرسکتی ہیں اگر لیموں کا عرق نہ ملے تو کسی بھی فروٹ کھٹے' کینو' موسمی وغیرہ کا عرق بھی مفید ہے یہ ماسک دوران خون کے لئے بہترین ماسک ہے۔

ایک چمچہ شہد' ایک انڈے کی سفیدی۔ دونوں کو اچھی طرح حل کرلیں اب اس کی موٹی سی تہہ چہرے اور گردن پر لگالیں اور آنکھوں کا حصہ بچا کر رکھیں اور دس منٹ کے بعد چہرہ اور گردن دھولیں اس ماسک کو ہفتہ میں صرف ایک بار استعمال کریں۔

(عائشہ سلیم......واہ کینٹ)

بال لمبے ہوں یا چھوٹے
صحت کی چمک انہیں دلکش بناتی ہے

خواتین کے لئے یہ موضوع کوئی نیا نہیں ہے۔ اکثر و بیشتر مختلف میگزینز میں بالوں کی نگہداشت کے سلسلے میں مضامین چھپتے رہتے ہیں مگر ان تمام مضامین میں سوائے ایک آدھ بات مشترک ہونے کے ہر بات میں اختلاف ہوتا ہے۔ کسی مضمون میں لکھا ہوتا ہے کہ بالوں کو روزانہ دھونا چاہئے تو دوسری جگہ کوئی خاتون اس بات سے اختلاف برتتی ہیں۔ کوئی بالوں میں تیل ڈالنا مفید بتاتا ہے تو کوئی زیادہ کو مضر۔ غرض جتنے قلم اتنی ہی باتیں۔

مگر یہ حقیقت ہے کہ بالوں کی صحت میں سب سے اہم چیز خوراک ہے۔ پرانے زمانے کی عورتوں کے بال بہت لمبے اور گھنے ہوا کرتے تھے جس کی نگہداشت میں خوراک کا معاملہ اول درجے پر ہے۔ خالص غذائیں اور سبزیوں کا استعمال' آج کے دور میں ان جیسی خالص اشیاء تو میسر نہیں ہیں مگر پھر بھی آپ وٹامن اے' ڈی' سی' ای والی اشیاء استعمال کریں جو کہ دودھ' دہی اور ان سے بنی ہوئی چیزوں سے حاصل کیا جاسکتا ہے۔ گاجر' گوبھی' مٹر' کھیرا اور پتوں والی سبزی زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔

روزانہ بالوں کی صفائی بے حد ضروری ہے مگر اس کا مقصد ہرگز یہ نہیں کہ آپ روزانہ اپنے بالوں کو دھوڈالیں یاد رکھیں بالوں کو روزانہ دھونا طبی اصول کے خلاف ہے۔ کیونکہ بالوں کی جڑوں کے نیچے ایک ایسی تہہ موجود ہوتی ہے جو بالوں کے لئے چکنائی خارج کرتی ہے۔ اگر آپ روزانہ بالوں کو دھوئیں گی تو اس سے رفتہ رفتہ تمام چکنائی زائل ہوجائے گی۔ اس صورت میں بالوں کی نوکیں سوکھی اور بے جان نظر آئیں گی اکثر بالوں کی نوکوں میں دومنہ بن جاتے ہیں جو کہ دو سے اڑھائی انچ تک کے بالوں کو بالکل ناکارہ بنا کر' بال بڑھنے کے عمل کو روک دیتے ہیں۔ صفائی کے لئے روزانہ صبح شام اسٹیل کی کنگھی یا برش جس کے دانے نرم ہوں یا پھر لکڑی کی کنگھی یا ہاتھی دانت کی بنی کنگھی استعمال کریں۔ غیر معیاری پلاسٹک کے کنگھوں سے اجتناب کریں۔

آج کل گرمیوں کا موسم ہے۔ اس لئے بالوں کو ہفتے میں تین یا چار مرتبہ دھوسکتی ہیں مگر ہر بار صابن یا شیمپو کا استعمال نہیں کرنا چاہئے۔ کسی دن بیسن سے کسی دن دہی سے یا پھر سرسوں کی کھلی سے سر کو کھنگال سکتی ہیں۔ پندرہ دن بعد مہندی میں انڈا ملا کر لگانا بھی بالوں کے لئے مفید ہے۔ بیسن یا دہی کا استعمال ایک دو روز چھوڑ کر کرنا ہے۔

تیل لگانے کا مرحلہ ابھی باقی ہے ہر وقت بالوں کو تیل میں ڈبوئے رکھنا بھی ٹھیک نہیں' سر کی جلد میں چکنی تہہ چکنائی خارج کرتی ہے لہٰذا ہفتے میں دو بار تیل بھی استعمال کریں۔ خوشبودار تیل سے پرہیز کریں اگر میسر ہو تو ناریل یا سرسوں کا خالص تیل استعمال کریں۔

> بالوں کی صحت میں سب سے اہم چیز خوراک ہے' پرانے زمانے کی عورتوں کے بال بہت لمبے اور گھنے ہوا کرتے تھے' جس کی نگہداشت میں خوراک کا معاملہ اول درجے پر ہے

بالوں کو رنگنا نقصان دہ ہے مگر ضرورتاً ایک آدھ بار عمل برا نہیں۔ پرمنگ اور بیک کومنگ کی زیادتی جڑوں کو ڈھیلا کرتی ہے جس سے بال گرنے لگتے ہیں۔ بعض اوقات جلدی امراض مثلاً بال خورہ' ایگزیما' پھنسیاں اور سر کی خشکی بالوں کو نقصان پہنچاتی ہے۔ عموماً ٹائیفائیڈ اور ذیابیطس کے مریض کے بال بھی گرنے لگتے ہیں۔

ہم اپنے اردگرد اپنی بزرگ خواتین پر نظر ڈالیں تو ان کی ڈھلتی عمر میں بھی ان کی چٹیا نظر آئے گی۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنے دور میں قدرتی جڑی بوٹیوں کا سہارا لیا کرتی تھیں۔ گو کہ یہ عمل آج کل کی خواتین کے لئے مشکل اور صبر آزما ہے مگر یہ آزمودہ ہے کہ آپ صرف تین ماہ اپنے بالوں پر بھرپور توجہ دیں تو سب ہی آپ کے بالوں پر رشک کریں گے۔

بالوں کو لمبا اور گھنا کرنے کے لئے ریٹھا 250 گرام' آملہ 25 گرام' سیکاکائی 25 گرام لے کر اچھی طرح کوٹ لیں پھر سر دھونے سے آدھا گھنٹہ پہلے اس سفوف کو پانی میں بھگودیں' سر میں مہندی کی طرح لیپ دیں۔ آدھ گھنٹے بعد بغیر صابن یا شیمپو سے سر دھوڈالیں۔ یہ عمل تین ماہ مستقل جاری رکھیں مگر اس دوران کوئی صابن استعمال نہ کریں گو کہ اس صورت میں سر کا تیل اچھی طرح نکل نہیں پاتا مگر سر صاف ہوجاتا ہے۔ اچھا شیمپو کبھی جاتے وقت کر سکتی ہیں بالوں کو لمبا اور گھنا کرنے کے لئے برہمی لوئی 25 گرام' آملہ 25 گرام' تل کا تیل 250 گرام لے لیں۔ دونوں چیزیں تیل میں ڈال کر پکنے کے لئے چڑھا دیں۔ ہلکی آنچ پر تھوڑی دیر میں تیل کا پانی خشک ہونے پر اتار لیں اور یہ تیل باقاعدگی سے استعمال کریں انشاء اللہ آپ فرق محسوس کریں گی۔

بالوں کی خشکی کے لئے کلونجی 25 گرام' مہندی کے پتے 25 گرام' تلی کے پتے 25 گرام' تل کا تیل 250 گرام' تمام اجزاء تیل میں ہلکی آنچ پر پکالیں پانی خشک ہونے پر ٹھنڈا کرلیں۔ متواتر استعمال خشکی سے نجات دلادے گا۔ اس کے علاوہ تلی کے تازہ پتوں کا عرق بھی خشکی کو دور کرتا ہے یا پھر نیم کے پتے ایک چھٹانک پانی میں ڈال کر جوش دے لیں ہلکا گرم ہونے پر سر دھوڈالیں متواتر ے دنوں کے استعمال سے خشکی کا خاتمہ یقینی ہے۔ یہ تمام عمل تھوڑے مشکل ہیں مگر جو بہنیں بال بڑھانے کا ارادہ رکھتی ہوں وہ تھوڑی سی محنت کے بعد خود بھی اپنے بالوں پر رشک کرنے لگیں گی۔

(اسماء نعیم......لاہور)

ناقابل فراموش

یہ واقعہ دس پندرہ سال پہلے کا ہے۔اس وقت میرے تین بچے بہت چھوٹے تھے اور تین ذرا بڑے تھے۔ہم میاں بیوی اور چھ بچے خوش وخرم زندگی کی منزلیں طے کر رہے تھے اچھی گزر بسر ہو رہی تھی۔میرا بڑا لڑکا ذرا شرارتی تھا ہر کام اپنے مزاج سے کرتا تھا گویا ہر کام اپنی مرضی کے مطابق کرتا تھا۔میری ایک ہمسائی بہت ہی سادہ اَن پڑھ مگر دل کی صاف عورت تھی اور میرے ساتھ بہت محبت اور خلوص سے ملتی تھی اس کا ظاہر باطن ایک تھا۔اس کے گھر نیا نیا فون لگا۔اس کی سادگی سے لوگ فون پر اسے پریشان کرنے لگے ہر روز ایک قصہ وہ مجھے بھی آ کر سُنا دیتی میں اسے اکثر سمجھا دیتی کہ ایسا ہوتا رہتا ہے کہ تم پریشان نہ ہوا کرو یہ سب باتیں میرا بڑا لڑکا بھی اکثر سنتا تھا اسے بھی کہیں سے یا دوست کے گھر سے فون مل گیا تو اسے شرارت سوجھی دونوں دوستوں نے مل کر فون کیا کہ" تمہارا خاوند اس وقت اسپتال میں بے ہوش پڑا ہے بچنا مشکل ہے تم جلدی پہنچ جاؤ۔"

دن کے گیارہ بجے تھے میں نے گھر کا کام کرتے ہوئے تھوڑا شور سنا تو کھڑکی کی طرف آئی وہ ہمسائی مجھے بری طرح روتی دکھائی دی اس نے اپنا بیمار بچہ گود میں اٹھا رکھا تھا میں نے رونے کی وجہ پوچھی تو بولی کے ابھی تمہارا بھائی سرکاری گاڑی میں گھر آیا تھا یہ چھوٹا بیمار تھا اس کو اسپتال دکھا کر اور دوائی وغیرہ دے کر واپس دفتر گیا اس کا راستے میں ایکسیڈنٹ ہو گیا ہے کسی نے فون پر بتایا ہے یہ چابی لو گھر سنبھالو میں رکشہ میں اسپتال جا رہی ہوں سارا محلّہ اکٹھا ہو گیا سب عورتیں پریشان حال کھڑی ہمدردی کر رہی تھیں کوئی کچھ بولے کوئی کہے کہ کسی نے مذاق کیا ہوگا مگر وہ سادہ لوح عورت کوئی بات نہ سنے بس اسپتال روتی پیٹتی گئی سارا اسپتال چھان مارا بیمار بچہ گود میں لئے واپس آئی تو ہم سب عورتیں جو جمع تھیں بولیں کہ تم دفتر کا نمبر دو دفتر سے پتہ کرتے ہیں کہ آخر کیا ہوا ہے؟ اس سے نمبر لیکر میں نے جب دفتر فون کیا تو بھائی افتخار احمد بولے کیا بات ہے؟ میں نے کہا" اپنی بیگم سے بات کرو یہ واقعہ ہو گیا ہے"۔مگر وہ عورت اتنی شدید نڈھال ہو گئی کہ بات بھی نہ کر سکی۔ میں نے اس کے خاوند کو فوراً گھر آنے کو کہا وہ فوراً گھر آ گیا سارا واقعہ سنا سب عورتیں تو چلی گئیں مگر میں چونکہ اس کی زیادہ قریبی ہمسائی تھی لہٰذا ہمدردی کیلئے بیٹھی رہی اب اس نے اپنا دامن پھیلا کر بددعائیں دینا شروع کیں کہ جس نے یہ شرارت میرے ساتھ کی ہے اسے کبھی سکھ نہ ملے زندگی بھر میری طرح روئے پیٹے جس نے میرے خاوند کو مارا ایسے ہی اس کا خاوند سچ مچ ہی مر جائے غرضیکہ بہت بددعائیں دیں جو اس کے دل میں آیا کہتی گئی میں سنتی رہی اور کہتی رہی کہ واقعی غلط کیا ہے یہ شرارت اچھی نہیں ہے تو سادہ عورت ہے تیری بددعائیں فون کرنے والے کو ضرور لگیں گی میں دل میں ملال لئے اپنے گھر آ گئی۔دوپہر ہوئی بچے گھر آئے میرے خاوند بھی گھر آ گئے میرا بڑا لڑکا بھی کالج سے گھر آیا میں نے یہ ماجرا اس کو سنایا میرا خاوند بولا کہ یہ بہت ہی کسی نے غلط شرارت کی ہے کسی کی آہ پڑ سکتی ہے وہ عورت تو بہت ہی سادہ دل اور نیک ہے کم از کم اس کے ساتھ ایسا مذاق بری بات ہے میرا بڑا لڑکا بولا۔" یہ تو میں نے اور میرے دوست نے فون کیا تھا۔غلطی ہو گئی" اب جوان لڑکا تھا کیا کرتے تھوڑی دیر افسوس اور بیٹے کو جھڑکیاں دیتے رہے بات آئی گئی ہو گئی لیکن میرا دل کہتا ہے کہ واقعی اس سادہ عورت کی آہ فرش سے عرش تک پہنچ چکی تھی کیونکہ عین تیسرے روز میرے خاوند کو اچانک ہارٹ اٹیک ہوا اور وہ اللہ کو پیارے ہوئے اس کے علاوہ جو بددعائیں اس نے دی تھیں وہ ہم سب بھگت رہے ہیں میرا لڑکا آج تک بے سکون ہے زندگی کی گاڑی تو چل رہی ہے مگر بددعائیں ساتھ ہیں وہ سرکاری کالونی تھی خاوند کے مرنے کے بعد کوارٹر خالی کرنا پڑا۔وہ عورت یعنی بیگم افتخار احمد جب ملتی ہے تو جی چاہتا ہے کہ آج بھی میرا لڑکا اور ہم سب اس کو بتا دیں کہ وہ شرارت میرے ہی لڑکے نے کی تھی اور ہم نے سزا بھی پالی۔ میں اپنی جگہ بہت شرمندہ ہوں کہ میرے لڑکے کی وجہ سے گھر کا شیرازہ بکھر گیا اکثر سوچتی ہوں کہ کسی کی بددعا سے کیا موت بھی وقت سے پہلے آ سکتی ہے؟ کاش آئندہ کوئی کسی کی بددعا نہ لے ورنہ آہیں عرش پر جاتی ہیں۔

(امینہ بیگم......لاہور)

J941102

کہتے ہیں کہ بندہ مرجائے تو دنیا والوں سے اس کا رابطہ ٹوٹ جاتا ہے مگر میرا خیال ہے کہ ایسا نہیں ہے اس کا رابطہ رہتا ہے یہ میرا تجربہ ہے یہ ان دنوں کی بات ہے جب میرے والد کی وفات کو صرف چھ ماہ ہوئے ہوں گے یہ 1991 کی بات ہے میں والد صاحب کو یاد کرکے بہت رویا کرتی تھی اور اکثر امی کے پاس ملنے جاتی تھی میری امی کو ابو کے بعد چپ سی لگ گئی تھی اور وہ اکثر بیمار رہنے لگی تھیں کبھی ہائی بلڈ پریشر اور کبھی لو۔ہم بارہ بہن بھائی ہیں مگر سب اپنے اپنے گھروں کے ہو گئے تھے بس ایک چھوٹا بھائی علیم اور ایک ہمارے صوفی بھائی رحمان امی کے ساتھ رہتے تھے۔240 گز پر تین بندے رہ گئے تھے بس اور کوئی نہیں

ناقابل فراموش

تھا والد کے زمانے میں بھراپُرا گھر تھا پھر سب الگ ہوگئے والد کے زمانے میں ہی ہم سب کی شادیاں ہوگئیں تھیں میرے دو بیٹے تھے ہر وقت امی جان کا ہی خیال رہتا تھا ایک دن ایسا ہوا کہ بچوں کو اسکول سے لے کر میں امی کے ہاں گئی' کیا دیکھتی ہوں امی جان کچن میں بے ہوش پڑی ہیں اور ایک بچی جس کا نام شازیہ تھا وہ امی سے قرآن شریف پڑھنے آتی تھی ان کے پاس بیٹھی رو رہی تھی اور گھر میں کوئی نہیں تھا فوراً میں نے علیم کو دکان پر (بھائیوں کا سلائی مشین کا بزنس ہے) فون کیا وہ اسی وقت دوڑا چلا آیا امی جان کو اسپتال داخل کرادیا گیا اب ان کے پاس رہنے کا مسئلہ تھا کہ کون رہے۔ ہر کوئی گھر میں اتنا مصروف تھا سر اٹھانے کی فرصت نہیں تھی۔ ابا میاں کے انتقال کے بعد پہلی بار میں اور علیم بہت روئے پھر میں نے کہا کہ میں امی جان کے پاس رہوں گی میں اور علیم نے آنکھوں میں کاٹی۔ امی جان کو ہوش نہیں آرہا تھا تھوڑی دیر کے لئے آنکھیں کھولتی تھیں اور فوراً بے ہوش ہوجاتی تھیں صبح ہوئی تو میں نے علیم کو گھر بھیجا وہ بھی پندرہ سولہ سال کا بچہ ہی تھا سارے دن میں پریشان رہی مجھے اپنے بچوں کی فکر بھی تھی علیم کی فکر تھی اور سب سے زیادہ امی جان کی فکر تھی۔ صبح ہونے کے بعد کوئی نہ کوئی بہن بھائی آتے رہے امی جان کی خیریت معلوم کرتے اور تھوڑی دیر بعد چلے جاتے کتنی مرتبہ سوچا کہ ان میں سے کسی سے کہوں کہ تم بیٹھ جاؤ میں تھوڑا سولوں مگر چھوٹی ہونے کی وجہ سے ہمت نہیں ہوتی یاد رہے کہ میں بارہ بہن بھائیوں میں تین سے بڑی اور مجھ سے آٹھ بہن بھائی بڑے ہیں بہر حال اسی طرح پورا دن کٹ گیا۔ شام کو پھر ملنے والوں کی لائن لگ گئی مگر اسپتال ساتھ رہنے کو کوئی تیار نہ تھا۔ رات ہوئی تو میں نے علیم کو بہلا کر گھر بھیجا کہ میں امی جان کے پاس ہوں۔ اب اس وقت رات کے بارہ بج رہے تھے امی جان جنرل وارڈ میں تھیں ایک بجے کے قریب مجھے نیند کے شدید جھونکے آنے لگے ڈیڑھ دو بجے تو میرا حال ہی برا ہوگیا تھا ایسے میں ایک خاتون جو سامنے اپنی ساس کے ساتھ آئی ہوئی تھیں انہوں نے چائے کی آفر کی جو میں نے جلدی سے قبول کرلی کہ نیند تو کسی طرح بھاگ جائے چائے پی کر میں پھر امی جان کے پاس آکر بیٹھ گئی ان کے نورانی خوبصورت چہرے پر نظر ڈالے میں نہ جانے کون کون سے زمانے گھوم گئی اپنا بچپن یاد کیا لڑکپن یاد کیا وہ لاڈ یاد کئے جو میں امی جان سے کیا کرتی تھی وہ مجھے شبو رانی کہا کرتی تھیں' میرا شیر کہا کرتی تھیں ایک مرتبہ امی جان کو مینڈک سے ڈرانا یاد آیا ابا میاں سے مجھے انعام ملا تھا کیونکہ یہ ابا میاں کی تجویز تھی کہ تمہاری امی جان ہمیشہ سے مینڈک سے ڈرتی ہیں پھر مجھے عید کا دن یاد آیا کیونکہ امی جان سے عید کے دن بہت پیار ملتا تھا کیونکہ میں عید سے اگلی رات کو پیدا ہوئی تھی یہ باتیں سوچتے سوچتے ڈھیروں آنسو میرے آنکھوں سے نکل پڑے۔

رات کا سناٹا تھا سب سو گئے تھے مجھے پھر نیند آنے لگی تھی اچانک امی جان کے بیڈ کے سامنے کا پردہ ہلنے لگا پہلے تو میں سمجھی کہ ہوا ہے پھر تھوڑا سا کھسکا تو مجھے شدید ڈر لگا کیونکہ کھڑکی میں بڑی بڑی جالیاں تھیں یا صرف شیشے کی کھڑکیاں میں سمجھی کہ کوئی چور اُچکا ہوگا یا پھر ہاسپٹل کا کوئی وارڈ بوائے نیچی نظر کرلی امی جان کے کبھی ہاتھوں کو سیدھا کرتی کبھی پیروں کو کیونکہ انہیں بے چینی بہت تھی اور مجھے شدید نیند آرہی تھی سب سے بڑے بھائی نے آنے کا کہا تھا سوچا پتہ نہیں وہ پہنچے یا نہیں میں انہیں کیسے بلاتی اور کس سے بلواتی مجھے تو ہاسپٹل کے نیچے کا راستہ تک معلوم نہیں تھا کل سے اسی کمرے میں بند تھی۔ اچانک میری نظر پھر پردے پر پڑ گئی بخدا میں نے دیکھا پردہ پکڑے میرے پیارے اور عظیم ابا میاں کھڑے ہیں وہی ڈارک براؤن سوٹ سفید قمیص براؤن ٹائی اور جناح کیپ پہنے کھڑے ہیں میں بھول ہی گئی کہ ان کا انتقال ہوچکا ہے اور وہ ہمیں چھوڑ گئے ہیں میں نے انہیں دیکھا تو رو پڑی میں نے کہا ابا میاں' امی جان کو کیا ہوگیا ہے؟ انہوں نے پردہ ایک طرف سرکایا اور کھڑکی کے راستے کمرے میں آگئے اور پھر اپنے مخصوص لہجے میں کہنے لگے' میں یہاں بیٹھا ہوں ''تم سو جاؤ تمہاری والدہ کو کچھ نہیں ہوگا میں ہوں نا یہاں انہیں دیکھ لوں گا'' اور انہوں نے مجھے ہٹا کر امی جان کے بازوؤں پر اپنے دونوں ہاتھ رکھ لئے اس وقت ان کے چہرے پر ان کی مخصوص مسکراہٹ تھی جو ان کی شخصیت کی پہچان تھی میں نے سکون سے کرسی سے ٹیک لگائی اور گہری نیند سو گئی ابا میاں امی جان کے سامنے کی بینچ پر بیٹھے تھے کتنی مرتبہ میری آنکھ کھلی تو میں نے دیکھا وہ کبھی ہاتھوں کی ڈرپ کو چیک کر رہے ہوتے تھے تو کبھی پیروں کی پھر میں گہری نیند سو گئی اذانوں کے بعد ہمیشہ کی طرح ابا میاں نے مجھے جگایا جیسے میری شادی سے پہلے وہ مجھے جگاتے تھے اور میں کچن کا رُخ کرتی تھی تو ابا میاں کہتے تھے پہلے نماز پھر کچن بالکل اسی طرح جاگتے دیکھ کر کہنے لگے ''اچھا گل بیٹا ہم تو چلے تم پہلے نماز پڑھو پھر اپنی امی کے پاس بیٹھ جانا۔'' وہ اٹھے اور کھڑکی کے پردے کو ہٹا کر چلے گئے۔ اس وقت تک بخدا میرے ذہن میں یہی خیال تھا کہ میں گھر پر ہوں اور ابا میاں حیات ہیں۔ میں نے غنودگی میں پھر سر کرسی سے ٹیک دیا کہ ارشاد بھائی نے آکر میرے کندھے پر ہاتھ رکھا تب میں چونکی اور جاگ کر اِدھر اُدھر دیکھا پوچھا ارشاد بھائی ابا میاں کدھر چلے گئے۔ اس حقیقت کا بہت دیر بعد احساس ہوا کہ ابا میاں تو دنیا میں موجود ہی نہیں ہیں میں نے قسم کھا کر ارشاد بھائی کو سارا واقعہ بتایا وہ کہنے لگے دنیا میں ایسا ہوجاتا ہے کہ پیاروں کی روحیں مصیبت کے وقت مدد کے لئے دنیا میں آجاتی ہیں تم اس کا ذکر کسی سے نہ کرنا۔ میں آج یہ واقعہ سنا رہی ہوں کہ ابا میاں مرنے کے بعد بھی ایک رات ہمارے ساتھ رہے تھے۔

(عاصمہ رحمٰن...... حیدرآباد)

J931201

الکبیر

اللہ تعالیٰ کے ۹۹ صفاتی نام ہیں جن سے ہم بے شمار فوائد حاصل کر سکتے ہیں اس سلسلے میں قارئین کی دلچسپی کو مدنظر رکھتے ہوئے ایسا سلسلہ شروع کیا جا رہا ہے جس کے ذریعے آپ ہر ماہ اللہ تعالیٰ کے کسی نام کی مکمل تفصیل اور ان میں پوشیدہ کشفی فضائل حاصل کر سکتے ہیں

کبیر وہ ہے جو عظمت وقدر کا مالک ہو اور کبریائی سے مراد اپنی ذات وصفات میں کامل ہونا ہے۔ پھر کامل کی دو قسمیں ہیں۔

> ''وہ بہتوں کو گمراہ کرتا ہے اور بہتوں کو ہدایت دیتا ہے اور گمراہ نہیں کرتا مگر بے حکم لوگوں کو جو اللہ کے عہد کو مضبوطی کے بعد توڑ دیا کرتے ہیں اور خدا نے جس کے جوڑنے کا حکم دیا ہے اسے قطع کرتے ہیں اور زمین میں فساد برپا کرتے ہیں وہی لوگ ناکام اور نقصان پانے والے ہیں۔''

☆ کامل کی اول قسم تو یہ ہے کہ وہ ہمیشہ سے ہو اور ہمیشہ رہے اور اس لحاظ سے تمام موجودات ناقص ہیں۔ نہ وہ ہمیشہ سے ہیں نہ ہمیشہ رہیں گی۔ اسی باعث جب انسان کی عمر زیادہ طویل ہوتی ہے تو اسے کبیر کہا جاتا ہے۔

☆ دوسری قسم یہ ہے کہ وہ اپنے وجود میں اتنا کامل ہو کہ دوسرے اپنے وجود میں اس کے محتاج ہوں اور ہر شئے کا وجود اسی کی ذات سے وابستہ ہو اور چونکہ تمام اشیاء کا وجود ذات خداوندی سے وابستہ ہے اس لئے دونوں معانی کے اعتبار سے کبیر ہے۔

جو شخص اسم کبیر کا ذکر کرتا رہے تو اللہ تعالیٰ اس کی حفاظت کرتے ہیں اور اس کو عزت بھی دیتے ہیں۔ حدیث قدسی ہے: ''جو ہمارے چھوٹوں پر رحم نہ کرے اور ہمارے بڑوں کی عزت نہ کرے وہ ہم سے نہیں ہے۔''

یہ اسم جمالی ہے۔ عنصر آتشی ہے۔ عدد اس کے ۲۳۲ ہیں۔ ''الکبیر المتعال'' ان دونوں اسماء کے ذاکر کو اللہ تعالیٰ لباس، ہیئت اور وقار، عظمت عنایت فرماتا ہے۔ ہمت اور روح کو بلندی دیتا ہے اور دشمنوں کے دلوں پر اس کا رعب غالب آجائے گا۔

انسانوں میں کبیر وہ شخص ہے جس میں تمام صفات کمال جمع ہوں حتیٰ کہ جو انسان بھی اس کی صحبت میں بیٹھتا ہو اس سے فیض حاصل کرتا ہو اور کمال انسان اس کے عقل و فہم، علم و اخلاق اور زہد و تقویٰ سے سمجھا جاتا ہے تو بندوں میں کبیر وہ انسان ہے جو عالم، متقی و پرہیزگار اور لوگوں کی اصلاح میں کوشاں رہتا ہو اور ہر ایک اس کے علم سے مستفید ہوتا ہو اور جو شخص خدا تعالیٰ کی کبریائی اور اس کی عظمت شان کو پہچان لے گا وہ تذلل و عاجزی اور فروتنی و خاکساری اختیار کرے گا۔

''وہ بہتوں کو گمراہ کرتا ہے اور بہتوں کو ہدایت دیتا ہے اور گمراہ نہیں کرتا مگر بے حکم لوگوں کو جو اللہ کے عہد کو مضبوطی کے بعد توڑ دیا کرتے ہیں اور خدا نے جس کے جوڑنے کا حکم دیا ہے اسے قطع کرتے ہیں اور زمین میں فساد برپا کرتے ہیں وہی لوگ ناکام اور نقصان پانے والے ہیں۔'' جو شخص اسم کی کثرت کرے گا اس پر علوم و معرفت کے دروازے کھل جائیں گے۔ اگر کوئی شخص عہدہ سے معزول ہو گیا ہو تو سات روزے رکھے اور سات روز تک ایک ہزار مرتبہ اس اسم کی تلاوت کرے انشاء اللہ وہ دوبارہ اپنے عہدے پر فائز ہو جائے گا۔ ''کہہ دو میں تو ایک ڈرانے والا ہوں اور اللہ کے سوا کوئی اور معبود نہیں ہے، وہ ایک ہے بڑا غالب ہے۔ آسمانوں اور زمین کا پروردگار اور جو کچھ ان کے درمیان ہے، غالب بڑا معاف کرنے والا ہے۔'' (سورۂ ص)

نقش الکبیر

ک	ب	ی	ر
۲۰۱	۹	۳	۱۹
۴	۲۲	۱۹۸	۸
۷	۱۹۹	۲۱	۵

☆ جو شخص صدق و اخلاص کے ساتھ اس دعا کو اکیس بار پڑھے گا اگر وہ حاکم کے سامنے جائے گا تو اس پر مہربان ہو جائے گا۔

☆ اگر کوئی شخص پریشانی کے وقت اس دعا کو پڑھے گا تو پریشانی دور ہو جائے گی۔

☆ اگر ۲۳۲ مرتبہ روزانہ اس اسم کو کوئی پڑھے تو بزرگی حاصل ہو۔

☆ اس اسم کی برکت سے زمین و آسمان عرش و کرسی اور لوح و قلم اللہ تعالیٰ کی فرمانبرداری میں ثابت قدم ہیں۔

☆ اس اسم کے پڑھنے والے کے لئے علم و معرفت کے دروازے کھل جاتے ہیں، دین و دنیا میں نمایاں اس کی پوزیشن بن جاتی ہے۔

روشنی کے پکوان

اس ماہ پڈنگ بنانے کی مختلف تراکیب پیش کی جارہی ہیں

پڈنگ بنانے کی چند ہدایات

(۱) پڈنگ بناتے وقت خیال رہے' کہ جو چیز بھی دوسری چیز میں ملائی جائے' اسے خوب حل کیا جائے جتنا زیادہ اچھی طرح حل کیا جائے گا اتنی ہی اچھی پڈنگ بنے گی۔

(۲) انڈے پھینٹتے وقت خیال رکھیں' کہ انڈے کی سفیدی کو اتنا پھینٹنا جائے کہ اس کی جھاگ بن جائے اور جھاگ بھی ایسی کہ آدھا گھنٹہ رکھنے پر بھی نہ بیٹھے۔ انڈے جتنے زیادہ پھینٹے جائیں گے پڈنگ اتنی ہی نرم اور ملائم بنے گی اور اگر یہ چیزیں اچھی طرح نہ پھینٹی جائیں گی اور خوب حل نہ کی جائیں گی تو پڈنگ نہ تو دیکھنے میں خوش رنگ ہوگی نہ کھانے میں مزیدار۔

کسٹرڈ پڈنگ

(رخسانہ افتخار......جھنگ)

اجزاء: انڈے = دو عدد' میدہ = دو چھٹانک' گھی = آدھی چھٹانک' چینی = دو چھٹانک' بیکنگ پاؤڈر = چائے کی آدھی چمچی' دودھ = ایک پاؤ۔

ترکیب: گھی اور شکر کو اچھی طرح ملائیں اور انڈے اور دودھ کو اچھی طرح پھینٹ کر اس میں چینی ملا گھی بھی شامل کر دیں۔ اب اس میں تھوڑا تھوڑا میدہ ڈال کر خوب پھینٹیں۔ اب گہرا ڈبہ یا کوئی اور کھلے منہ کا سانچہ لیں اس میں ذرا سا گھی ڈال کر یہ چیزیں اس میں ڈال دیں اس کا منہ کسی ڈھکن سے ڈھانپ دیں۔ خیال رہے کہ برتن کم از کم دو انچ خالی رہے۔ اب اس پر کوئی وزن رکھ دیں۔ پھر ایک کھلے منہ کی دیگچی چولھے پر چڑھا دیں اسمیں پانی ڈال دیں اور پانی میں یہ برتن رکھ دیں۔ خیال رہے کہ وہ برتن سے نصف باہر رہے' پھر اس کو ایک گھنٹے تک ہلکی آنچ پر پکنے دیں ایک گھنٹہ کے بعد کھولیں پڈنگ تیار ہوگی۔

انڈوں کی پڈنگ

(سمعیہ غنی......کراچی)

اجزاء: انڈے = تین عدد' دودھ = آدھ سیر' چینی = آدھا پاؤ یا حسب ذائقہ۔

ترکیب: انڈوں کی سفیدی اور زردی علیحدہ علیحدہ خوب پھینٹ لیں۔ سفیدی بالکل جھاگ بن جائے تو اس میں چینی ملا کر پھینٹ لیں۔ اب اس میں زردی شامل کر لیں اور تھوڑا تھوڑا سا دودھ بھی شامل کرتے جائیں۔ جب سب کچھ پھینٹ کر ایک سا ہو جائے تو ایک کھلے منہ کا ڈبہ یا برتن لیں اور اس میں چینی ایک چائے کی چمچی کے برابر ڈال کر اسے چولھے پر رکھیں۔ جب چینی پگھل کر براؤن ہو جائے تو اسے برتن کے پیندے میں پھیلا دیں۔ اب اس پر تیار شدہ انڈے اور دودھ ڈال دیں۔ اس کا منہ ڈھکن سے بند کر دیں اور اس پر وزن رکھ دیں۔ اب ایک کھلے منہ کی دیگچی میں پانی ڈال لیں اور چولھے پر چڑھا دیں۔ تیار شدہ برتن وزن سمیت اس میں رکھ دیں اور نصف گھنٹہ تک پکنے دیں۔ آدھے گھنٹہ کے بعد ڈھکن اتار کر دیکھیں' پڈنگ تیار ہوگی۔

ڈبل روٹی کی پڈنگ

اجزاء: ڈبل روٹی = ایک عدد' دودھ = آدھ سیر' چینی = آدھ پاؤ' مکھن = دو اونس' کشمش = تین تولہ' انڈے = تین عدد۔

ترکیب: ڈبل روٹی کے کناروں کو چاروں طرف سے چھیل لیں چار سے چھ توس کاٹ لیں۔ پھر انڈوں کی سفیدی اور زردی علیحدہ علیحدہ خوب پھینٹیں۔ جب سفیدی بالکل جھاگ ہو جائے تو اس میں زردی بھی ملا دیں۔ کسی ڈش یا کھلے منہ کے برتن میں مکھن چاروں طرف لگائیں اور اس میں برابر برابر ڈبل روٹی کے توس بچھا دیں۔ اس کے بعد دودھ میں چینی ملا کر اس پر ڈال دیں اور ساتھ ہی کشمش چھڑک دیں اور اوپر سے سفیدی اور زردی جو کہ پھینٹ کر جھاگ کی طرح ہو ڈال دیں' اب ڈش کو ڈھانپ دیں۔ تھوڑی دیر کے بعد یعنی کوئی دس منٹ کے بعد ڈھکن کھول کر دیکھیں' اگر جم گئی ہو تو اتار لیں۔

کھوئے کی پڈنگ

اجزاء: کھویا = ایک پاؤ' دودھ = ڈیڑھ سیر' چینی = ایک پاؤ' انڈے = آٹھ عدد۔

ترکیب: دودھ کو اچھی طرح جوش دیں' انڈے ایک برتن میں توڑ کر خوب پھینٹ لیں اور اس میں کھویا ملا کر بالکل ایک سا کر لیں۔ اب اس میں دودھ ملائیں جب سب کچھ مل کر ایک جان ہو جائے تو چینی ملا دیں اور اس کو ایک کھلے منہ کی دیگچی لے کر پانی ڈالیں اور اس میں پڈنگ کا برتن رکھ دیں۔ اب اس دیگچی کے برابر کا ڈھکن اس کے منہ پر رکھ دیں اور اس پر کوئلے ڈال دیں۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد ڈھکن اٹھا کر دیکھ لیں کہ پڈنگ جل نہ جائے' جب پڈنگ فرنی کی طرح جم جائے اور اوپر سے سرخ ہو جائے تو اتار لیں اور ٹھنڈی ہونے پر کھانے کے لئے پیش کریں۔

نانی اماں کے ٹوٹکے

سستی سے نجات کے لئے

صبح اٹھنے کے بعد اگر آپ پر سستی کا غلبہ قائم رہے تو اس صورت سے نجات کے لئے ایک چمچ شہد ایک پیالی دودھ میں ڈال کر رات کو سوتے وقت لیجئے اس نسخے کے استعمال سے جب آپ صبح اٹھیں گے تو بالکل چاق و چوبند اور چست ہوں گے۔

(تحسین فاطمہ......کراچی)

سر کی خشکی دور کرنے کے لئے

سر کی خشکی دور کرنے کے لئے دہی میں تھوڑا سا میٹھا تیل ڈال کر سر دھونے سے آدھا گھنٹہ پہلے خوب مالش کریں۔ اس کے بعد نیم گرم پانی سے انہیں دھوئیں اس نسخے کے استعمال سے سر کی خشکی دُور ہو جائے گی۔

(راحیلہ ناز......حیدرآباد)

آنکھ سے ذرات یا کنکر وغیرہ نکالنا

بعض اوقات اچانک ہی آنکھ میں کوئی کنکر یا تنکا وغیرہ پڑ جاتا ہے۔ اسے نکالنے کے لئے ایک پیالے میں لبالب پانی بھریں اور اس میں آنکھ ڈال کر بار بار جھپکائیں جس سے تنکا وغیرہ یا جو کچھ بھی ہوگا باہر نکل جائے گا اور آنکھ کو نقصان نہیں پہنچے گا۔

کمزور یادداشت کے لئے

اگر آپ کی یادداشت کمزور ہے تو بادام اور پستے کے بیس دانے خالی پیٹ دودھ میں ایک چمچ شہد ملا کر پینے سے فائدہ حاصل ہوتا ہے۔ دار چینی کا جوشاندہ آدھا کپ صبح و شام استعمال کیا جائے۔ اس سے بھی فائدہ ہوگا۔

(فرحت یونس......کراچی)

چھالے ٹھیک کرنا

جلی ہوئی جگہ پر بڑے بڑے چھالے اُبھر آتے ہیں۔ انہیں ختم کرنے کے لئے متاثرہ جگہ پر فوراً گلیسرین لگانی چاہئے جس سے ٹھنڈک پڑ جائے گی اور چھالے بھی نہیں ابھریں گے۔ اگر گلیسرین فوری طور پر دستیاب نہ ہو تو تیل لگا لینے سے بھی مقصد حل ہو سکتا ہے۔

(تہمینہ وہاب......لاہور)

زہریلے کیڑے کے کاٹے کا علاج

اگر بدقسمتی سے کوئی زہریلا کیڑا جسم کے کسی حصے پر کاٹ لے تو فوراً لہسن کوٹ کر متاثرہ جگہ پر باندھ دیں۔ اس نسخے سے جلد ہی آپ کو آرام آجائے گا۔

نیلے ناخن کو ٹھیک کرنا

بعض اوقات دروازہ بند کرتے ہوئے یا کسی اور وجہ سے انگلی کے ناخن پر چوٹ آجائے تو وہاں نیل پڑ جاتا ہے یعنی ناخن نیلا ہو جاتا ہے۔ اس صورت میں نیم گرم پانی لیں اور دس منٹ تک ناخن کو اس میں ڈبوئے رکھیں۔ جس سے ناخن کی نیلاہٹ ختم ہو جائے گی۔

(ارم غنی......حیدرآباد)

سخت دردِ شکم علاج

اگر پیٹ میں بہت سخت درد ہو رہا ہو تو تھوڑا سا پسا ہوا نمک پھانک کر گرم پانی پی لینا چاہئے جس سے پیٹ کے سخت درد میں بہت حد تک کمی واقع ہو جاتی ہے۔

(سلیم حسن......حیدرآباد)

دماغ کو پرسکون رکھنے کے لئے

دماغ کو پرسکون رکھنے کے لئے رات کو سوتے وقت پاؤں کے تلوؤں میں خالص سرسوں کا تیل لگائیں۔ اس سے دماغ کو بہت حد تک سکون حاصل ہوگا۔ اگر روزانہ چار پانچ منٹ تک پاؤں اور تلوؤں میں خالص سرسوں کے تیل کی مالش کی جائے تو دماغ کے سکون کے علاوہ آنکھوں کو بھی بہت فائدہ ہوگا اور نیند بھی کھل کر آئے گی۔

(انیس احمد......کراچی)

قبل از وقت بالوں کو سفید ہونے سے بچانا

قبل از وقت بالوں کو سفید ہونے سے بچانے کے لئے سونے سے پہلے ایک پاؤ دودھ میں چند قطرے روغن بادام اور حسبِ ذائقہ چینی ملا کر پی لیں۔

(ثانیہ رئیس......سیالکوٹ)

جہاں روح ہے وہاں روحانیت ہے۔اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے جسم، توانائی، عقل، شعور، بات چیت کا سلیقہ وغیرہ۔ان چیزوں کے بارے میں ہم جانتے ہیں لیکن ایک چیز جس سے ہم بے خبر ہیں یا جس کی طرف ہم توجہ نہیں دیتے اور جو خداوند کریم نے ہمیں خاص طور پر بخشی ہے وہ ہماری روحانی قوت ہے۔شیطان ہماری اس قوت سے ہی خوفزدہ ہے اس لئے شیطان انسان کو مختلف جسمانی، ذہنی اور روحانی الجھنوں میں گرفتار کرتا رہتا ہے۔

لیکن اگر ہم اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں تو اللہ تعالیٰ کی مدد سے ہم شیطان کا مقابلہ کر سکتے ہیں اور اس طرح ہم نہ صرف اپنے بلکہ اپنے جاننے والوں کے بھی ہر طرح کے مسائل حل کر سکتے ہیں۔اس سلسلے میں فیضان قلندری کا قیام عمل میں آیا ہے جس کے بانی روحانی اسکالر اقبال آرتانی ہیں اگر آپ چاہیں تو فیضان قلندری میں شریک ہو کر اپنی روحانی قوتوں کو بڑھا کر دنیا میں امن، خوشی اور خوشحالی پھیلا سکتے ہیں۔اس کے علاوہ فیضان قلندری کے ممبر مسائل اور مشکلات سے نجات کے لئے مخصوص روحانی عمل بھی کر سکتے ہیں۔فیضان قلندری میں شمولیت کی شرائط یہ ہیں۔

نمبر۱: فیضان قلندری کے ہر ممبر کو اللہ تعالیٰ اور اس کی طاقت اور رحمت پر مکمل بھروسہ ہونا چاہئے۔اس کے لئے آپ کو اس بات پر بھی یقین ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ سے جو بھی دعا کریں، وہ ضرور قبول ہوتی ہے۔ہوسکتا ہے کہ ہماری دعا کی قبولیت میں کچھ دیر لگے لیکن اللہ تعالیٰ ہمارے مسائل ضرور حل کرتے ہیں۔

نمبر۲: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر لازم ہے کہ اس بات پر یقین کرے کہ خداوند کریم نے بعض انسانوں کو دوسرے انسانوں پر فضیلت دی ہے۔فضیلت پانے والے انسانوں میں اللہ کے رسول ﷺ نبیؑ، پیغمبرؑ، غوثؒ، ابدالؒ، قطبؒ، ولیؒ، قلندرؒ، صوفیائے کرامؒ وغیرہ شامل ہیں اور اگر اللہ تعالیٰ سے ان فضیلت پانے والوں کے واسطے سے مانگا جائے تو وہ ہماری فریاد ضرور سنتا ہے۔

نمبر۳: فیضان قلندری کے ممبر کو دنیا میں خوشحالی اور موت کے بعد جنت الفردوس کی آرزو ہونی چاہئے۔اس خواہش کی وجہ سے وہ گناہوں سے بچنے اور اللہ تعالیٰ کی رضا مندی حاصل کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ کی عبادت میں وقت صرف کرنے کی کوشش کرے اور ساتھ ساتھ دوسرے انسانوں کی مدد میں بھی کوتاہی نہ کرے۔اس میں ممکنہ حد تک مالی امداد اور دوسروں کے مسائل حل کرنے کے لئے بہترین مشورے بھی شامل ہیں اور ان مشوروں کے ضرورت مند لوگوں سے کسی قسم کا مالی یا دوسرا فائدہ اٹھانے کی کوشش نہ کرے۔

نمبر۴: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر فرض ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی وحدانیت اور حضرت محمد ﷺ کی رسالت اور ان کے آخری نبی ہونے پر مکمل یقین رکھے اور اس سلسلے میں کسی قسم کا شک، وہم یا منطق سے بالکل کام نہ لے۔

نمبر۵: فیضان قلندری کے ہر ممبر، خواہ وہ مرد ہو یا عورت پر لازم ہے کہ وہ ہر جمعرات کو کسی بھی نماز کے بعد کسی جگہ بیٹھ کر گیارہ سو بار درود پاک کا ورد کرے اگر گیارہ سو بار درود پاک پڑھتے ہوئے دشواری محسوس ہو، آنکھیں یا جسم بھاری ہوتا محسوس ہو تو ۵۲۵ بار پڑھیں۔اگر ۵۲۵ بار پڑھنے میں بھی دشواری ہو تو ۹۹ بار درود پاک کا ورد کریں۔وہ جگہ پاک ہونی چاہئے۔آپ کا لباس اور وہ جگہ بہتر ہے کہ سفید ہوں لیکن مجبوری کی وجہ سے کوئی اور رنگ بھی ہوسکتا ہے۔درود پاک کے ختم کے بعد فاتحہ کے بعد سفید رنگ کی کھیر خود بھی کھائے اور اگر ممکن ہو تو اپنے اردگرد کے لوگوں کو بھی کھلائے۔اللہ تعالیٰ نے چاہا تو اس عمل کی برکت سے آپ کے تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔(اگر کھیر نہ بانٹ سکیں تو ہر جمعرات کو پانچ روپے قریبی مسجد میں دے دیں)

فیضان قلندری کے ممبر کو ہر ماہ ماہنامہ ''روشنی'' میں شامل روحانی عمل برائے فیضان قلندری کرنے کی اجازت ہوگی۔

اگر آپ کو فیضان قلندری میں شامل ہونے کی خواہش ہے تو آپ 'فیضان قلندری کا ممبر شپ فارم' بھر کر ہمیں روانہ کریں۔

فیضان قلندری یا اس کے سربراہ ممبران کے کسی فعل یا عمل کے ذمہ دار نہیں ہوں گے۔یہ صرف عوام کی خدمت کے لئے بنائی گئی ہے اور اس سے کسی قسم کا فائدہ مقصود نہیں ہے۔

فیضان قلندری میں ممبرشپ کا فارم

جناب ڈاکٹر محمد فہد آرتانی صاحب

صدر، فیضان قلندری

مجھے فیضان قلندری میں شمولیت کی خواہش ہے۔ اس لئے آپ سے درخواست ہے کہ آپ مجھے فیضان قلندری کا ممبر بنالیجئے۔ آپ جب چاہیں، بغیر وجہ بتائے مجھے فیضان قلندری سے الگ کر سکتے ہیں۔ میں نے فیضان قلندری میں شرکت کی تمام شرائط پڑھ لی ہیں۔ اللہ تعالیٰ کو حاضر ناظر جا کر یہ میرا عہد ہے کہ میں ان تمام شرائط کو پورا کروں گا/ کروں گی۔ فیضان قلندری میں شرکت سے کوئی ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش نہیں کروں گا/ کروں گی۔ میری یہ کوشش ہوگی کہ اللہ سے دعا کر کے میرے اور میرے جاننے والوں کے مسائل حل کروں، گناہوں سے دور رہوں اور نیک کام کروں گا/ کروں گی۔

دستخط

نام:______________________________

مکمل پتہ:____________________ فون نمبر:______________

فیضان قلندری میں شمولیت کی وجہ:____________________

____

روشنی دواخانہ CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔۷۴۸۰۰

فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل

ماہ رمضان المبارک کی سات، نو اور گیارہ تاریخ کو عصر اور مغرب کی نماز کے درمیان اوّل و آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ۷۷ بار

اللّٰہُ النورُ البصیر

پڑھیں۔ اس کے بعد اپنے مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے صدق دل سے اللہ تعالیٰ سے اپنے لئے اور دیگر ممبران کے لئے دعا مانگیں۔ وہی سب کی سننے والا ہے اور وہی دعا قبول کرنے والا ہے۔ دعا کے بعد ۲۱ روپے نیاز کی نیت سے رکھ لیں اور اگلے دن تقسیم کر دیں۔

اس کے ساتھ ساتھ اپنی روحانی قوت بڑھانے کے لئے رات سوتے وقت ایک گلاس پانی پر ۲۱ بار

اللّٰہُ النورُ البصیر

دم کر کے پیا کریں۔

یہ روحانی عمل فیضان قلندری کے ممبران کے لئے مخصوص ہے۔ دیگر افراد جو فیضان قلندری کے ممبر نہیں ہیں وہ یہ عمل نہ کریں کیونکہ ان کے لئے یہ لاحاصل ہے۔ دیگر افراد اپنے مسائل کے حل کے لئے "محفل دعا" کا فارم پر کر کے روانہ کر سکتے ہیں۔

فیضان قلندری میں ان خواتین وحضرات کو شامل کرلیا گیا ہے

ہر ماہ فیضان قلندری میں سینکڑوں افراد شمولیت حاصل کرتے ہیں بعض اوقات ماہنامہ "روشنی" میں جگہ کی کمی کے باعث آپ کے نام شامل اشاعت نہیں ہو پاتے ہماری ممبران سے گزارش ہے کہ اگر آپ کا نام جگہ کی کمی کے باعث شائع نہیں ہوا تو آپ اگلے ماہ کے شمارے میں دیکھئے۔

● **کراچی** ۔اسد ذکی ۔عروج فاطمہ۔ ملیحہ لودھی۔ زبیر احمد۔ مظفر احمد غوری۔ شمائلہ بٹ۔ محمد ندیم قاضی۔ ارم ظہور۔ ریاض احمد منظوری۔ شہلا حسین۔ رئیسہ سلیم۔ نائلہ پروین۔ عبد الباری۔ شاہین مجید۔ ممتاز صدیقی۔ سید صہیب احمد۔ تابندہ محسن۔ نسیم اختر۔ اسماء عزیز۔ رضوان محمد خواجہ۔ شازیہ غوری۔ منور محمد۔ بینش ستار۔ محمد راشد۔ شفق جاوید اقبال ۔صفدر احمد علوی' ستار احمد علوی۔ مبشر جمال۔ عثمان بیگ۔ اُم کلثوم۔ عبداللہ۔ معصومہ جہانگیر۔ عمران سمیع' شازیہ سمیع۔ منیر اختر۔ نور جہاں بیگم۔ حمیرا ادریس۔ شگفتہ جاوید۔ مظفر احمد غوری۔ مصباح تبسم۔ زینت انیس۔ نور العابدین۔ اکرام اللہ۔ انعام الحق۔ نثار علی۔ فریدہ منصور۔ ثناء اللہ۔ طوبیٰ میر۔ ارسلان رشید۔ سید عباس علی۔ عمیر الٰہی ۔زیب عدنان۔ صبیحہ شہاب۔ وجیہہ خالد' دعا خالد' سنبل خالد۔ روبینہ فاروقی۔ فیصل شاہ۔ طارق امین۔ سائرہ انیس۔ مریم انور۔ عبدالعظیم۔ ہارون اسحٰق۔ عائشہ زاہد۔ مبشر جمال۔ حنا راشد۔ فائزہ صدیقی' عشرت صدیقی۔ نفیسہ غفار۔ ہما فیض الرحمٰن۔ عنبرین حسین۔ ظفر عباس۔ نبیل حیات۔ زہرہ بانو۔ عصمت صدیق۔ یعقوب احمد۔ بشریٰ وحید۔ آمنہ خلیل۔ عمرانہ قریشی۔ شیراز علی۔ حمیرا علیم۔ زرین بتول۔ نور الصباح۔ مسز ہدایت الرحمٰن۔ نسرین فاطمہ۔ کائنات جنید۔ کبیر عالم۔ محمد نذیر طاہر۔ صوفیہ ناز۔ رحیمہ نواز۔ فہمیدہ جاوید۔ مہرین سراج۔ ظہور احمد۔ سرور علی۔ عندلیب بٹ۔ وسیم اکبر۔ ثناء شیخ۔ سیما منیر۔ ثروت عادل' عادل شیخ۔ شمیم لودھی۔ منیب الرحمٰن۔ ماریہ انصاری۔ عاطف سلیم۔ داؤد کمال۔ صائمہ برنی۔ سلمیٰ' طلحہٰ' صنوبر' عائشہ' حمنہ۔ رخسانہ نیاز۔

● **حیدر آباد**۔ مزمل خان۔ اسماء فضل۔ حدیقہ رحمٰن۔ عبدالحفیظ۔ مہناز خالق۔ سید سعد علی شاہ۔ شمشاد غوری۔ افتخار احمد۔ عالیہ یزدانی۔ سیف الرحمٰن۔ نیلم اکرم۔ ملک محمد انور۔ رحیم غنی' فائقہ غنی۔ شازیہ مختار۔ نواز بٹ۔ حسیب عالم۔ ثمرین حسیب۔ منیزہ امجد۔ نیاز احمد عباسی۔ مبشر بیگ۔ آسیہ نور۔ برہان فاروقی۔ انیلا حبیب۔ شہاب الدین۔ شہناز حمید۔ خضرا جمال۔ عالیہ میر۔ سید ابوالحسن۔ زبیر احمد قریشی۔

● **اندرون سندھ**۔ عذرا مقبول۔ فائزہ تبسم۔ نائلہ منیر۔ شفق حیدر۔ ملک ریحان۔ ملک انیس چشتی۔ صائمہ منیب۔ نفیسہ امتیاز۔ حفیظ بیگم۔ نازیہ فاروق۔ قیصر امتیاز۔ تنزیلہ فیصل۔ رقیہ عزیز۔ وجاہت ملک۔ عبدالغفار۔ توحید عالم۔ شیبا محمود۔ افشاں اکبر۔ غزالہ وحید۔ عمر سعید۔ خالد محمود۔ عاتکہ جمیل۔ رفعت رضا۔ مدیحہ عباسی۔ ملک عاقب قریشی۔ ممتاز بیگم' محمودہ بیگم۔ مسز ماجد علی۔ زینب ارشاد۔ مغیث الرحمٰن۔ رضوان احمد۔ عالیہ بتول۔ حنا زیدی۔ صالحہ بشیر۔ عطیہ شکیل۔ روبینہ یاسمین۔ مریم سردار۔ نظام الدین۔ ناظمہ رشید۔ سید اطہر عالم۔ عنصر حسین۔ نایاب حیدر۔ یاسمین انجم۔ فاروق علی۔ شہباز احمد۔ صبیحہ اعجاز۔ فرحانہ یونس۔ جمیلہ اختر۔ کاشفہ۔

● **لاہور**۔ ناہید بلال۔ سبین ارشاد۔ صلاح الدین بٹ۔ نجیب حسن ملک۔ شکیلہ اسحاق۔ فائقہ سلیم۔ مہر بانو۔ شگفتہ وحید۔ نادرہ تابش۔ پروین اختر۔ شہلا غفور' عبدالغفور۔ ملک آصف مسعود۔ ندیم ارشد۔ ذیشان حیات۔ ڈاکٹر تنویر حسین۔ کشور سلطانہ۔ ناصر عباس۔ میاں محمد اشفاق۔ انوار الحق۔ ریاض حسین۔ قاضی اسد عباس۔ شازینہ وسیم۔ عبدالرشید بٹ۔ جمیلہ فاروقی۔ راحیلہ جبار۔ جنید نیازی۔ فریدہ انجم۔ رانا اطہر احمد۔ فیروزہ جبار۔ ربیعہ سراج۔ داؤد پاشا۔ مبشر احمد۔ فضیلہ اسلم۔ معراج بیگم۔

● **اسلام آباد اور راولپنڈی**۔ تراب علی۔ زیبی ستار۔ یاسمین صدیقی۔ شمسہ آصف۔ اُم ایمن۔ عصمت بی بی۔ راحت بٹ۔ ادریس یونس۔

● **کوئٹہ**۔ زرینہ سعید۔ ثناء ابرار۔ سحر سلطانہ۔ ہاشم حسین خان۔ منصور عالم۔ سائرہ اقبال۔ افضال احمد۔ پروین نصیر۔ مسرت جاوید۔ مرسلین احمد۔

● **پشاور**۔ بشارت علی۔ شاہد جمال خان۔ انیلہ نعیم۔ سعدیہ خانم۔ راشدہ حنیف۔ نسیم خان۔ طاہرہ بیگم۔ سید جاوید رضا۔ عامر اسلم۔ سلیم نقی۔ احمد نواب۔

● **اندرون پنجاب**۔ شکیلہ ناظم۔ یسرا نواب۔ نادیہ یوسف۔ نجمہ زبیری۔ سعیدہ اقبال۔ ملیحہ فاروق۔ عبدالمغیث۔ روبینہ انجم۔ سید کاشف حسین۔ روبینہ اکرام۔ رشید بٹ۔ سدرہ نذیر۔ صفیہ۔ بشارت علی۔ زاہدہ اسحٰق۔ نگہت سلطانہ۔ فرزانہ جمشید۔ جعفر خان۔ ملک طفیل صدیق۔ عاطفہ فاروق۔ فرحین لودھی۔ شاہد نعیم مرزا۔ فیضان علوی۔ نورینہ آصف۔ جویریہ چشتی۔

● **بیرون ممالک**۔ عمار خان۔ (آسٹریلیا) امتیاز فاطمہ۔ (بحرین) شارقہ حبیب۔ (قطر) حفصہ جاوید۔ (مسقط) عبدالرزاق۔ (قطر) عبدالرؤف شیخ۔ (شارجہ) خلیق بٹ۔ (شکاگو) ساجد محمود' آصف محمود۔ (ڈھاکہ) زیب النساء۔ (انڈیا)

محفل دعا

جیسا کہ قارئین "روشنی" کو معلوم ہے کہ فیضان قلندری کے تمام ممبران ہر جمعرات کو گیارہ سو بار درود شریف کا ورد کرتے ہیں۔ ورد کے اختتام پر دعا میں لوگوں کے مسائل و معاملات، الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہتے ہیں وہ اپنا مسئلہ "فارم برائے محفل دعا" پر صاف صاف لکھ کر بھیجیں۔ فیضان قلندری کے تمام ممبران سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔ اگر الگ الگ نام لے کر دعا نہ کرسکیں تو ماہنامہ روشنی میں شامل دعاؤں کی درخواست کہہ کر دعا کر لیجئے۔

اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر دے۔ آمین۔

میں نے ایم۔اے کیا ہے اور ایک اسکول میں ٹیچنگ کرتی ہوں لیکن مجھے میری صلاحیت کے مطابق تنخواہ نہیں ملتی اور کچھ ٹیچرز کو جنہوں نے F.A بھی کلیئر نہیں کیا ان کی تنخواہ بھی میری تنخواہ کے جتنی ہے۔ میری پرنسپل میری تنخواہ بڑھانے پر راضی نہیں ہے تمام ممبران قلندری سے تنخواہ میں اضافے کے لئے دُعا کی درخواست ہے۔

(ثمینہ ظہیر.....کراچی)

میری چھوٹی بیٹی بے انتہا ضدی ہے اور اس ضدی طبیعت کی وجہ سے وہ اور ہم لوگ کئی بار نقصان اُٹھا چکے ہیں لیکن اس پر ان باتوں کا کچھ اثر نہیں ہوتا بلکہ وہ اور بھی ضدی اور بدتمیز ہوتی جارہی ہے۔ میں اس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں کہ خدانخواستہ کوئی بڑا نقصان نہ ہوجائے اور آپ تمام ممبران سے گزارش کرتی ہوں کہ ''محفلِ دُعا'' میں میرے لئے دعا کریں کہ میرا یہ مسئلہ حل ہوجائے۔

(صائمہ تبسم.....کراچی)

میری نانی کے انتقال کو تین ماہ ہوگئے ہیں مگر وہ اکثر میرے خواب میں آتی ہیں اور بہت پریشان نظر آتی ہیں ان کے ایصال ثواب کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(محمد اکرم.....رحیم یار خان)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے ایک عجیب سی بیماری ہوگئی ہے ہر وقت گھبراہٹ سی طاری رہتی ہے اور شام کے وقت ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جسم میں بالکل بھی جان نہ رہی ہو اور اکثر میں کھڑے کھڑے چکرا کر گر جاتا ہوں۔ بہت علاج کرایا مگر بیماری بڑھتی ہی جارہی ہے اور کوئی فائدہ نہیں ہوا میں آپ تمام قلندری ممبران سے دعا کی درخواست کرتا ہوں۔

(شاہد سمیع.....کراچی)

میں چاہتی ہوں کہ میرے گھر میں برکت ہو اور میرے شوہر کا کاروبار جم جائے اور اس کے لئے میں آپ ممبران سے دعا کی درخواست کرتی ہوں۔

(شمسہ وقار.....حیدرآباد)

میں جو بھی کام شروع کرتا ہوں مجھے اُس میں نقصان ہوجاتا ہے اور میرا کوئی بھی کاروبار جم نہیں پاتا۔ لوگ کہتے ہیں کہ بداثرات کی وجہ سے ایسا ہوتا ہے میں بہت پریشان ہوں اور ان بداثرات سے نجات کے لئے آپ سے دعا کی درخواست ہے۔

(محسن افتخار.....لاہور)

میں کسی اچھی جگہ پر ملازمت کرنا چاہتا ہوں جہاں مجھے میری قابلیت کی بناء پر معاوضہ دیا جائے لیکن مجھے کوئی اچھی ملازمت نہیں ملتی' ہر جگہ پر نا کام ہوجاتا ہوں' آپ تمام ممبران قلندری میرے لئے محفل دعا میں دعا کریں کہ مجھے جلد کوئی اچھی ملازمت مل جائے۔

(ساجد حبیب.....کراچی)

ہمارے محلے میں نئے لوگ رہنے آئے وہ لوگ بظاہر بہت اچھے اور شریف لوگ لگتے تھے جلد ہی ہماری دوستی ہوگئی انہوں نے میری بیٹی کے لئے رشتہ دیا جو ہم نے منظور کرلیا۔ اب میری بیٹی کا نکاح ہوچکا ہے اور وہ لوگ رخصتی نہیں کرتے بلکہ رخصتی سے پہلے طرح طرح کی فرمائشیں کرتے ہیں اور جب بھی رخصتی کی بات کریں کوئی نئی فرمائش شروع ہوجاتی ہے۔ ہم لوگ اتنے امیر نہیں کہ روز روز ان کی فرمائشیں پوری کرسکیں مگر انکار کی صورت میں وہ طلاق کی دھمکی دیتے ہیں۔ آپ ہمارے لئے خاص طور پر ''محفلِ دعا'' میں دعا کرادیں میں آپ کی بہت ممنون رہوں گی۔

(مسز امجد حسین.....لاہور)

السلام علیکم! جناب میں بہت پریشان ہوں کچھ عرصہ پہلے میرے شوہر دبئی گئے اور وہاں سے بہت سے پیسے بھیجے اور برابر فون کرتے تھے لیکن اب کافی دنوں سے نہ ہی انہوں نے کوئی رقم بھجوائی ہے اور نہ ہی فون کرتے ہیں ان کی خیریت کی کوئی اطلاع نہیں ہے جو نمبر انہوں نے ہمیں دیا تھا وہاں سے وہ ملازمت چھوڑ چکے ہیں۔ ہم سب ان کی وجہ سے بہت پریشان ہیں' براہ مہربانی ہمارے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کرادیں۔

(شمیم اختر.....ملتان)

میرے شوہر بینک میں ملازمت کرتے ہیں' اچھی خاصی تنخواہ ہے لیکن سب کچھ دوستوں میں اُڑا دیتے ہیں اور پھر قرضہ لینا پڑتا ہے۔ میری ایک نہیں سُنتے اب ان پر بہت قرضہ ہوگیا ہے لیکن پھر بھی وہ اسی طرح سب کچھ دوستوں میں اُڑا دیتے ہیں۔ میں کچھ کہوں تو لڑتے ہیں کہتے ہیں کہ تمہاری وجہ سے میں اپنے دوستوں کو نہیں چھوڑ سکتا۔ میں

آپ تمام ممبران سے اپنے شوہر کے لئے دعا کی درخواست کرتی ہوں کہ خدا انہیں ہدایت دے اور وہ کھرے کھوٹے کی پہچان کرسکیں۔

(ثمینہ رشید......راولپنڈی)

جناب آرتانی صاحب! میں ہر طرف سے مایوس ہوکر آپ کو یہ خط لکھ رہا ہوں میری شادی کو پانچ سال ہوگئے ہیں لیکن اولاد کی نعمت سے محروم ہوں۔ بہت علاج کروایا لیکن سب کہتے ہیں کہ اللہ کے حکم کی دیر ہے۔ میں چاہتا ہوں کہ ہمارے لئے ممبران سے خاص طور پر دعا کروادیں۔

(شمروز خان......لاہور)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے امتحانات ہونے والے ہیں اور میں جو کچھ بھی یاد کرتی ہوں پرچہ حل کرتے وقت سب کچھ بھول جاتی ہوں اور گھبراہٹ شروع ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے ہر دفعہ محنت کرنے کے باوجود بامشکل ہی پاس ہو پاتی ہوں۔ کچھ دنوں کے بعد میرے امتحانات شروع ہورہے ہیں لیکن گھبراہٹ سے کچھ پڑھا نہیں جارہا ہے لگتا ہے کہ پرچہ کرتے وقت سب کچھ بھول جاؤں گی آپ تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(عابدہ ظہور......گجرات)

میری والدہ کو گذشتہ پانچ سالوں سے کئی بیماریوں نے گھیرا ہوا ہے ایک بیماری ختم نہیں ہوتی کہ دوسری بیماری لگ جاتی ہے اب تو وہ بہت کمزور ہوگئیں ہیں میں ان کی طبیعت کی وجہ سے بہت پریشان ہوں آپ ان کے لئے دعا کروادیں۔

(ایمن اقبال......اسلام آباد)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے بہت غصہ آتا ہے کوئی ذرا سی بات کہہ دے میں غصے میں مرنے مارنے پر اُتر آتا ہوں۔ میں اپنی اس عادت کی وجہ سے بہت پریشان ہوں اس پر کنٹرول کرنے کی بہت کوشش کرتا ہوں لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوتا آپ تمام ممبران قلندری میرے اس مسئلے کے حل کے لئے دعا کروادیں۔

(عاصم رفیق......کراچی)

میرے شوہر ویسے تو بہت اچھے ہیں لیکن کبھی کبھار ان پر عجیب سی کیفیت طاری ہوجاتی ہے جو سامنے آتا ہے اس کو مارنا شروع کردیتے ہیں چیزیں اُٹھا اُٹھا کر پھینکتے ہیں' بچے اب ان سے بہت ڈرے سہمے سے رہتے ہیں' سمجھ میں نہیں آتا کہ انہیں کیا ہوجاتا ہے آپ سے گزارش کرتی ہوں کہ آپ میرے لئے دعا کرائیں کہ میرے شوہر بالکل ٹھیک ہوجائیں۔

(سیماب فاطمہ......فیصل آباد)

میری تین بیٹیاں ہیں اور تینوں اعلیٰ تعلیم یافتہ اور خوب صورت ہیں پورے خاندان والے اُن کے گن گاتے ہیں لیکن میری بیٹیوں کے رشتے نہیں آتے اگر آ بھی جائیں تو بات چلتے چلتے ختم ہوجاتی ہے۔ میری بیٹیوں کی عمریں نکلی جارہی ہیں آپ سے دعا کی درخواست ہے کہ ''محفلِ دعا'' میں میری بیٹیوں کے لئے دعا کرادیں۔

(مسز احسن جمال......کراچی)

روحانی علوم میں ترقی و کامیابی کے لئے تمام ممبران سے دعا کی درخواست ہے۔

(کمال زبیر......قطر)

میری شادی کو چار سال ہوچکے ہیں میرے سسرال والوں کا رویہ میرے ساتھ انتہائی ہتک آمیز ہوتا ہے۔ جب میں نے یہ بات اپنے شوہر سے کی تو وہ بھی اُلٹا مجھے ہی ڈانٹنے لگے' میں بس یہ چاہتی ہوں کہ آپ میرے سسرال والوں کے بہتر رویے کے لئے دعا کروادیں۔

(نائلہ ہاشم......رحیم یار خان)

اولادِ نرینہ کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(نوید اختر......اجمان)

میری طلاق کو دو سال ہوگئے ہیں اب جبکہ میری دوسری شادی ہونے والی ہے میرے سابقہ شوہر نے یہ شور مچادیا ہے کہ میں نے تمہیں طلاق ہی نہیں دی تو تم دوسری شادی کیسے کرسکتی ہو اور میرے پاس طلاق نامے کے کاغذات بھی نہیں ہیں' میں کیا کروں بہت پریشان ہوں۔ اب تو بس دعاؤں کا ہی سہارا ہے اور آپ سے درخواست ہے کہ اپنی اس دکھی بہن کے لئے دعا کروادیں۔

(سلیمہ منصور......بدین)

تمام ممبران قلندری سے مسائل کے خاتمے اور گھر والوں کی صحت یابی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(انیلہ اسمٰعیل......کراچی)

میں ایک کاروباری شخص ہوں لیکن میرے کاروبار میں برکت نہیں ہوتی بہت محنت کرتا ہوں لیکن ایک خاص حد پر آکر منافع رُک جاتا ہے ایسا لگتا ہے کہ جیسے کسی نے میرے کاروبار پر کوئی بندش کروائی ہے' آپ سے ''محفل دعا'' میں دعا کروانے کی درخواست ہے تاکہ میرا کاروبار اچھا چل جائے۔

(محمود عالم......جیکب آباد)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں گزشتہ کئی سالوں سے شوگر کا مریض ہوں علاج کرانے سے کچھ عرصہ ٹھیک رہتا ہوں مگر پھر دوبارہ بیمار ہوجاتا ہوں میری صحت روز بروز کمزور ہوتی جارہی ہے میرے چھوٹے چھوٹے بچے ہیں میں یہی سوچ کر پریشان رہتا ہوں کہ خدانخواستہ اگر مجھے کچھ ہوگیا تو میرے بیوی بچوں کا کیا ہوگا برائے مہربانی میرے مسئلے پر غور کرتے ہوئے میرے لئے خصوصی دعا کرائیں۔

(راحیل بشیر......لاہور)

میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میں شدید قسم کی ذہنی ٹینشن کا شکار ہوں، معلوم نہیں کہ یہ ٹینشن کیوں مجھ پر حاوی ہورہی ہے۔ آپ تمام ممبران قلندری سے میرے لئے دعا کرائیں کہ میں اس ٹینشن سے نجات حاصل کرسکوں۔

(عمیر اشتیاق......لاہور)

میں اپنا مکان بیچنا چاہتا ہوں لیکن وہ بک نہیں پاتا اور نہ ہی کوئی کرائے دار ٹکتا ہے۔ برائے مہربانی آپ ہمارے مکان کی فروخت کے لئے ''محفلِ دعا'' میں دعا کرائیں۔

(لیاقت حسین......واہ کینٹ)

میری دو بیٹیاں اور تین بیٹے ہیں اور سب ہی ماشاء اللہ بہت لائق اور ہوشیار ہیں لیکن میرا سب سے چھوٹا بیٹا مجھے بہت تنگ کرتا ہے، نہ پڑھتا ہے اور نہ ہی کھانا صحیح سے کھاتا ہے، بہن بھائیوں سے لڑتا رہتا ہے۔ میں چاہتی ہوں کہ وہ بھی اپنے باقی بہن بھائیوں کی طرح ہوجائے، آپ تمام ممبرانِ قلندری سے محفلِ دُعا میں دعا کی درخواست ہے۔

(جمیلہ خاتون......کراچی)

میری بیٹی بہت ہی اعلیٰ اخلاق اور خوبصورت تھی پھر ایک ایکسیڈنٹ میں اس کے دماغ پر چوٹ آئی اس کی جان تو بچ گئی لیکن وہ ۲۱ سال کی عمر میں بہت چھوٹے بچوں جیسی حرکتیں کرتی ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپ دعا کریں انشاء اللہ سب ٹھیک ہوجائے گا۔ آپ بھی میری بیٹی کے لئے دعا کریں کہ خدا اُسے صحت دے۔

(زویا ملک......راولپنڈی)

ہم بہت خوشحال زندگی گزار رہے تھے کہ اچانک میرے ہنستے بستے گھر کو نظر لگ گئی۔ اچانک میرے شوہر سیڑھیوں سے گر پڑے اور ان کی ٹانگ ٹوٹ گئی اور انہیں ملازمت سے فارغ کردیا گیا اب گھر میں تنگدستی نے ڈیرہ ڈال لیا ہے سمجھ نہیں آتا کہ کیا کریں۔ آپ میرے گھریلو حالات کی بہتری کے لئے دعا کرادیں۔

(جاوید اقبال......سیالکوٹ)

محترم میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں بہت زیادہ چڑچڑا ہوتا جارہا ہوں بات بات پر بچوں کو ڈانٹ دیتا ہوں لیکن بعد میں بہت افسوس ہوتا ہے کہ میں نے ایسا کیوں کیا آپ میرے لئے دعا کریں کہ یہ چڑچڑا پن دور ہوجائے۔

(صفدر علی......میانوالی)

میرے گھر میں ہر وقت کوئی نہ کوئی بیماری رہتی ہے ایک عامل نے بتایا ہے کہ ایسا بدعملیات کی وجہ سے ہے جب سے یہ پتہ چلا ہے میں بہت پریشان ہوں۔ برائے مہربانی آپ تمام ممبران قلندری سے میرے گھر والوں کے لئے دعا کروادیں۔

(تابندہ نعیم......سکھر)

میری بہن ماشاء اللہ بہت خوبصورت تھیں۔ میٹرک میں انہیں ٹائیفائیڈ ہوگیا اس کے بعد سے مستقل بیمار رہتی ہیں اور ان کے چہرے کی رنگت بھی سیاہ پڑ گئی ہے، محترم میری آپ سے گزارش ہے کہ آپ میری بہن کے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کرادیں۔

(ڈاکٹر مہر النساء......کراچی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں ایک معزز گھرانے سے تعلق رکھتا ہوں لیکن میری بیٹی جس شخص سے شادی کرنا چاہتی ہے۔ وہ بہت ہی بدنام شخص ہے میری بیٹی یہ سب کچھ جانتے ہوئے بھی اُسی سے شادی کرنا چاہتی ہے ورنہ خودکشی کی دھمکی دیتی ہے اب آپ ہی بتائیے کہ میں اپنی بیٹی کو جانتے بوجھتے ہوئے کس طرح اس جہنم میں دھکیل سکتا ہوں۔ محترم آپ کی بہت نوازش ہوگی اگر آپ میرے لئے دعا کرادیں۔

(کاشف ابراہیم......راولپنڈی)

میں آپ کی بہت ممنون ہوں کہ آپ نے میرے لئے دعا کروائی اور اب میری بیٹی کی صحت قدرے بہتر ہے، مزید بہتری کے لئے آپ سے ایک بار پھر میں دعا کی درخواست کرتی ہوں کہ آپ اور تمام قلندری ممبران میری بیٹی کے لئے دعا کریں کہ وہ بالکل ٹھیک ہوجائے میں ہمیشہ آپ کو دعائیں دیتی رہوں گی۔

(فرحین سلطانہ......جگہ نامعلوم)

فارم برائے محفل دعا

فیضان قلندری میں اپنے مسائل و معاملات، ذہنی الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کے لئے یہ فارم پُر کرکے روانہ کریں۔

یادر ہے کہ ایک فرد کے لئے ایک ہی فارم استعمال کیا جائے گا۔

نام:______________________

پتہ:______________________

مسئلہ برائے دعا:______________________

____

____

نوٹ

☆ یہ فارم محفل دعا میں دعا کی درخواست کے لئے ہے۔

☆ اس فارم کے ذریعے فیضان قلندری میں شامل نہیں ہوسکتے اور فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل بھی نہیں کرسکتے۔

☆ فیضان قلندری میں شمولیت کے لئے فیضان قلندری ممبر شپ فارم پُر کرکے روانہ کریں۔

☆ اگر جگہ کم ہو تو علیحدہ کاغذ پر مسئلہ لکھ کر روانہ کریں۔

فیضان قلندری میں شامل افراد کی کیفیات پر مبنی خطوط جو اس سے فیض حاصل کر رہے ہیں۔ اس کالم کے ذریعے ہم محفل درود کے دوران پیش آنے والی روحانی کیفیات کے ساتھ ساتھ اس کے عملی زندگی پر پڑنے والے اثرات بھی قارئین کی نذر کرتے ہیں۔ اگر آپ نے بھی فیضان قلندری کے ذریعے سے اپنے اندر کوئی مثبت تبدیلی محسوس کی ہو تو آپ بھی اپنی کیفیات ماہنامہ "روشنی" کے پتے پر ارسال کریں۔ خط کے لفافے پر (فیضان قلندری روحانی کیفیات) لکھنا نہ بھولیں۔

میں گزشتہ چھ ماہ سے فیضان قلندری کا ممبر ہوں۔ ہر جمعرات کو باقاعدگی کے ساتھ درود پاک کا ورد کرتا ہوں اور کھیر بانٹتا ہوں۔ درود پاک کی برکت سے میری دوران ملازمت حائل بہت سی رکاوٹوں کا خاتمہ ہوگیا اس کے ساتھ ہی بہت سی گھریلو پریشانیاں بھی ختم ہوئی ہیں۔ میں آپ کا تاعمر شکرگزار رہوں گا کیونکہ یہ سب فیضان قلندری کے طفیل ہے۔

(سلیم الدین قلندری......کراچی)

اس بار درود شریف کے اختتام پر دعا کے دوران میں نے بہت ہی خوبصورت باغ دیکھا جو گلاب کے پھولوں سے بھرا ہوا تھا باغ کی ہریالی اور خوبصورتی دیکھ کر ایسا محسوس ہو رہا تھا کہ جیسے جنت کا باغ ہو۔ ایک طرف پھل دار درخت ہیں سبز سبز گھاس اس باغ کی خوبصورتی میں اور بھی اضافہ کر رہی تھی۔

(اسماء مبین قلندری......لاہور)

میں ہر جمعرات کو درود پاک کا ورد باقاعدگی سے کرتی ہوں آج جب میں تسبیح پڑھ رہی تھی تو بے حد سکون تھا دوران ورد بار بار مجھے بے انتہا حسین سمندر جس کا پانی انتہائی شفاف نیلا تھا نظر آ رہا تھا مجھے بے انتہا سکون اور ٹھنڈک محسوس ہو رہی تھی جو میرے پورے جسم میں سرائیت کر رہی تھی یہ سب درود پاک کی برکت سے ہے۔

(تہمینہ قادر قلندری......کراچی)

میں گزشتہ سال بھر سے فیضان قلندری کا ممبر ہوں اور ہر جمعرات کو باقاعدگی سے درود پاک کا ورد کرتا ہوں ورد کے دوران ایک دم ایسا لگا کہ جیسے دماغ میں سفید روشنی کی شعاع داخل ہو رہی ہے ہر طرف چاندنی سی محسوس ہو رہی تھی نہایت پرسکون سا ماحول تھا۔ درود پاک کی برکت سے عملی زندگی میں بھی بہت سی تبدیلیاں ہوئی ہیں میں برسوں سے وسوسے اور ذہنی کشمکش کا شکار رہتا تھا خیالات میں پاکیزگی کا عنصر بھی کم ہی پایا جاتا تھا لیکن اب اللہ کا شکر ہے کہ میں وسوسے اور شک کی کیفیت سے بہت حد تک نکل آیا ہوں ہر بات پر شک کرنا' دوسروں کے کاموں میں کیڑے نکالنا اور ہر ایک کے اندر تنقیدی پہلو تلاش کرنے کی عادت بھی ختم ہوگئی ہے۔

(خرم حمید قلندری......حیدرآباد)

جب سے میں نے درود شریف کا ورد شروع کیا مجھ میں نمایاں تبدیلیاں آتی گئیں سب سے پہلے تو غصہ کم ہوا اور اللہ پر یقین پختہ ہوگیا ابھی کچھ عرصہ پہلے کافی پریشانیاں آئیں مگر میرے ذہن میں یہی تھا کہ ''اللہ'' ہی دور کرے گا۔ میں نے بالکل ٹینشن نہیں لی اب ہر جگہ اعتماد سے شرکت کرتی ہوں جبکہ میں پہلے کسی سے بات کرتے ہوئے بھی لرزتی تھی درود پاک کی باقاعدگی سے خوابیدہ صلاحیتیں بھی بیدار ہو رہی ہیں غرض یہ کہ میری زندگی میں بہت سی مثبت تبدیلیاں واقع ہوئی ہیں۔

(حرا انور قلندری......اسلام آباد)

درود پاک کا ورد کرتے ہوئے چند ماہ ہو چکے ہیں۔ اپنے اندر کچھ تبدیلیاں محسوس کیں ہیں پہلے ایک خیال دماغ سے چپک جایا کرتا تھا جس کی وجہ سے بہت پریشانی محسوس کرتی تھی اب قوت ارادی اتنی مستحکم ہوگئی ہے کہ گھریلو کام کاج کے دوران دوسرے پریشان کن خیالات نہیں آتے اور جس خیال کو ایک مرتبہ نظرانداز کر دیتی ہوں وہ پھر دوبارہ تنگ نہیں کرتا غصہ پر بھی کنٹرول حاصل ہوگیا ہے اور غصہ آتا بھی ہے تو اعصاب پر سوار نہیں ہوتا۔

(حمیدہ اشفاق قلندری......کراچی)

میں ہر جمعرات کو درود شریف کا ورد باقاعدگی کے ساتھ کرتی ہوں ساتھ ہی آپ کے بتائے ہوئے وظائف بھی پڑھ رہی ہوں وظائف کی برکت سے بہت سے مسائل اور رکاوٹیں دور ہوئیں ہیں تقریباً دو ماہ سے ذہنی پاکیزگی اور سکون میں خاطر خواہ اضافہ محسوس ہو رہا ہے پہلے میں اپنی گفتگو میں اکثر اوقات بہت تلخ لہجہ استعمال کرنے لگ جاتی تھی جس کے باعث میرے اہل و اعیال مجھ سے نالاں رہتے تھے لیکن اب ایسا نہیں ہے اب میری طبیعت ملنساری کی طرف راغب ہوگئی ہے گو کہ کچھ ایسا دیکھا تو نہیں ہے لیکن حالات میں تبدیلی کی وجہ سے بہت خوشی ہوئی ہے۔ یہ سب فیضان قلندری کے طفیل ہے۔

(میمونہ راشد قلندری......بدین)

اس بار درود شریف کے اختتام پر خیالات کا سلسلہ شروع ہوگیا جو آہستہ آہستہ کم ہوتا گیا خالی الذہنی کی کیفیت، بہت عجیب سی محسوس ہوتی ہے ایسا لگتا ہے کہ ابھی میں اپنے جسم سے نکل کر کائنات کی وسعتوں میں اُڑنے لگوں گی۔ طبیعت میں ٹھہراؤ اور اعتماد پیدا ہوا ہے۔

(طاہرہ قلندری ...... قطر)